ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പ്

God's Signature

ഡോ. സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട്

ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പ്

ഡോ. സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട്

UPASIKA

ഉപാസിക പബ്ലിഷിംഗ് ഹൗസ്

തൃശ്ശൂർ

Malayalam

ESWARANTE KAYYOPPU
by
Dr. Suvarna Nalapat

Published by
Upasika Publishing House

Printed at
New Jyothi Printers, Thrissur

Cover Picture
Dr. Suvarna Nalapat

Cover Design
Mr. Jimjo Varghese

Typesetting
Mrs.Celine P.T.

Published in
April 2018
Price: ₹ 250/-

Upasika Publishing House
Room No.29/586/A22, IInd Floor
Sree Lakshmi Building,
Shornur Road, Thiruvambadi P.O.
Thrissur 680 022
Ph: +91 487 2972181
www.upasikapublishinghouse.com
e-mail: info@upasikapublishinghouse.com

ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പ്

God's Signature

ഡോ. സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട്

ഉള്ളടക്കം

1.	ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പ്	1
2.	അമ്മയുടെ പാട്ട്	4
3.	അ,അമ്മ, ഉമ, ഓം	26
4.	സ്വരം, വ്യഞ്ജനം, സപ്തസ്വരം	38
5.	ചികിത്സകരുടെ ശബ്ദം	52
6.	കാലത്തിന്റെ സംഗീതം	75
7.	സമയ സംഗീതം	93
8.	ത്രിഗുണങ്ങൾ	106
9.	ശബ്ദം, വേദം, മന്ത്രം	124
10.	താത്, ജനകരാഗങ്ങൾ	143
11.	സംഗീതാഭിരുചിയുള്ള കുഞ്ഞിന്റെ ജാതകം	152
12.	ഇന്നത്തെ അമ്മ	160
13.	റിസർച്ച്	164
14.	നവവിധഭക്തി	172
15.	72 മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ	184
16.	അലോപ്പതിയിൽ പ്രയോഗിച്ച് വിജയിച്ച ചില പ്രൊജക്ടുകൾ	194
17.	പ്രമാണം	203
18.	സംഗീതചികിത്സയുടെ പ്രാമാണ്യം- കിഴക്കും പടിഞ്ഞാറും	213
19.	Reference	233
20.	അനുബന്ധം	235

ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പ്
ഡോ. സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട്

സംഗീതവും സാഹിത്യവും ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പാണ്. ഈ കയ്യൊപ്പോടെ ഭൂമിയിൽ പിറക്കാൻ മുജ്ജന്മസുകൃതം ചെയ്യണം. സാഹിത്യം ഭാഷ ഉരുത്തിരിഞ്ഞ മസ്തിഷ്ക്ക ഭാഗങ്ങളോടുകൂടിയ മനുഷ്യരാശിയ്ക്കു മാത്രമേ ഉള്ളു. സംഗീതം എല്ലാ ജീവജാല ങ്ങൾക്കും ഉണ്ട്. ജീവനില്ലാത്ത അപരവസ്തുക്കൾക്കുപോലും സംഗീതധ്വനികമ്പനങ്ങൾ പുറപ്പെടീയ്ക്കാൻ കഴിയും. സംഗീതം അതിനാൽ സാർവ്വജനീനവും ശാശ്വതവുമായ കയ്യൊപ്പാണ്. രസ ത്തിന്റെ രസം (രസോ വൈ രസ) എന്ന് ബ്രഹ്മാനന്ദ രസത്തെ സർവ്വർക്കും സർവ്വകാലത്തും അനുഭവപ്പെടുത്താൻ കഴിവുള്ളതാ ണ്. അതിനാൽ ഈശ്വരന്റെ അതിവിശിഷ്ടമായ കയ്യൊപ്പാണ് സംഗീതം എന്നു കൂട്ടിച്ചേർക്കാം.

ഒരു സംഭവകഥ സ്ഥലം ഇംഗ്ലണ്ട് വർഷം 1990 കളുടെ തുടക്കം ഒരു വ്യക്തി മരിയ്ക്കുന്നു. നല്ല മഴക്കാലം. തണുപ്പ് ആരും പുറത്തിറങ്ങാൻ മടിയ്ക്കുന്ന കാലാവസ്ഥ. പള്ളിയിൽ ശവസം സ്ക്കാരച്ചടങ്ങിനെത്തിയത് വിരലിൽ എണ്ണാവുന്ന ഏറ്റവും അടുത്ത ബന്ധുക്കൾ മാത്രം. പുരോഹിതൻ അന്ത്യകർമ്മങ്ങൾ നിർവ്വഹി യ്ക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. ആദ്യത്തെ പിടിമണ്ണ് വാരിയിടും മുമ്പ്. ബൈബിൾ വചനങ്ങൾ ഉദ്ധരിയ്ക്കും മുമ്പ്.

അതിമനോഹരമായ ഒരു ഗാനം.... തൊണ്ട തുറന്ന്, ഹൃദയം തുറന്ന്, കരുണാർദ്രമായി ഒഴുകിയൊഴുകിയെത്തുന്നു, ഒരു അലൌ കികമായ മെലഡി.. ഒരു കറുത്തപക്ഷിയായിരുന്നു ആ ഗന്ധർവ്വ ഗാന ത്തിന്റെ ഉറവിടം. പുരോഹിതനടക്കം അവിടെ കൂടിയവ

രെല്ലാം നിശ്ശബ്ദരായി, മറ്റെല്ലാം മറന്ന് ആ അപൂർവ്വരാഗമാധുരിയിൽ ലയിച്ചുനിന്നു.

പാട്ടു തീർന്നപ്പോൾ പുരോഹിതൻ പറഞ്ഞു. ഇനി എനിയ്ക്കിവിടെ ചെയ്യേണ്ടതായി ഒന്നുമില്ല. ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പുമായി അവന്റെ ദൂതൻ വന്ന് സർവ്വവും ചെയ്തുകഴിഞ്ഞു.

കൂട്ടത്തിൽ ഉണ്ടായിരുന്ന ഒരാൾ പൊട്ടിക്കരഞ്ഞു. പരേതന്റെ സഹോദരൻ. അദ്ദേഹത്തിൽ നിന്ന് മറ്റുള്ളവർ മനസ്സിലാക്കി, പരേതൻ ശൈശവം മുതലേ ഒരു പക്ഷിപ്രേമിയായിരുന്നു, പക്ഷികൾ അദ്ദേഹത്തിന്റെ തോളിലും തലയിലും എല്ലാം വന്നിരിയ്ക്കും. കയ്യിൽ നിന്നുതന്നെ ഭക്ഷിക്കും കറുത്ത പക്ഷികൾ ധാരാളം വരാറുണ്ട്, അവരിൽ ഒന്നാവാം ഈ വന്നത്. മഴക്കാലത്ത് കറുത്തപക്ഷികൾ (Black Birds) പുറത്തിറങ്ങുകയില്ല. അവയുടെ ശരീരത്തിലെ ഹോർമോണുകളുടെ കാലാവസ്ഥാനുസൃതമായ മാറ്റത്താൽ അക്കാലത്ത് അവയ്ക്ക് പാടാൻ സാധിയ്ക്കയുമില്ല- അത്തരമൊരവസ്ഥയിൽ അത്തരമൊരുപക്ഷി കാലവും ഋതുവും തെറ്റിച്ചു പറന്നുവന്ന് അസാദ്ധ്യമായ ഒരു കാര്യം സാധിച്ചതെങ്ങനെ? എന്തുകൊണ്ട്?

അനേകം പക്ഷികളെ സ്നേഹിച്ചു ലാളിച്ച് തീറ്റിപ്പോറ്റിയ ആ മനുഷ്യനുവേണ്ടി അതിമധുരമായ ഒരു ഹംസഗീത മാലപിയ്ക്കാൻ എന്തേ ഈ ഒരൊറ്റപക്ഷിയ്ക്കുമാത്രം തോന്നാൻ? എന്തേ അതിനുമാത്രം അതു സാധിയ്ക്കാൻ?

എങ്ങനെ ആപക്ഷിമാത്രം അറിഞ്ഞു, തന്റെ പ്രിയതോഴന് അന്ത്യയാത്രാമൊഴി പാടാൻ അവസരമായി എന്ന്! ആര് അതിന് ചൊല്ലിയയച്ചു ഈ മരണവാർത്ത?

ആരും ചൊല്ലിയയയ്ക്കാതെ, നാഴികകൾക്കപ്പുറത്തുനിന്ന് എല്ലാ പ്രതിബന്ധങ്ങളും താണ്ടി, ടെലിപ്പതി കിട്ടിയ പോലെ കൃത്യ

സമയത്തുപറന്നെത്തി ഹൃദയം പൊട്ടിപ്പാടി കരുണാദ്രവും സ്നേഹ മസൃണവുമായ ഈശ്വരസന്ദേശം എത്തിച്ച ആ പക്ഷിയെക്കുറിച്ചും പക്ഷിപ്പാട്ടിനെക്കുറിച്ചും മറ്റെന്തു പറയും? ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പ് എന്നല്ലാതെ മറ്റെന്തു വിശേഷണമുണ്ട്, അതിന്!

എന്റെ രാഗചികിത്സാപദ്ധതി സർവ്വർക്കുമായി സമർപ്പിച്ച അത്തരമൊരു പാട്ടാണ്. ആരും പഠിപ്പിയ്ക്കാതെ, ഒരു ഡിഗ്രിയ്ക്കും വേണ്ടിയല്ലാതെ, ഒരംഗീകാരത്തിനും വേണ്ടിയല്ലാതെ ഒരു ജീവിത കാലം മുഴുവൻ ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പായി, ഈശ്വരന്റെ വരദാന മായി സ്വീകരിച്ച്, ജീവിച്ച ഞാൻ ജീവിതാന്ത്യത്തിൽ അവസാന മായി ചെയ്യുന്ന ഒരു കർമ്മം! സർവ്വചരാചരങ്ങളോടുമുള്ള എന്റെ ജന്മാന്തര പ്രേമസന്ദേശത്തിന് ഇതാണ് അവസാനത്തെ മൊഴി. കാര ണം, ആകാശമെന്ന ഭൂതത്തിൽ ഉള്ള ഒരേ ഒരു ഗുണം നാദം (ശ ബ്ദം) മാത്രമാണ് താഴെ ഭൂമിയിലെത്തുമ്പോൾ അതിൽ ഗന്ധം അടക്കം 5 ഭൂതങ്ങളുടെ ഗുണവുമുണ്ട്. പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ വെച്ച് ആകാശമെന്ന ഭൂതത്തിനാണ് ബ്രഹ്മലക്ഷണമുള്ളത് (ബ്രഹ്മസൂത്രം) ബ്രഹ്മലക്ഷണമായ ആകാശത്തിന്റെ ഗുണമായ ശബ്ദതരംഗങ്ങൾ ശ്രുതിയായി ധ്വനിയായി ബ്രഹ്മാനന്ദമായി മറ്റെല്ലാ ഭൂതഗണങ്ങളും ചരാചരങ്ങളും ഉൾക്കൊള്ളുന്നുണ്ട്, പല അനുപാതത്തിൽ! ബ്രഹ്മ ലക്ഷണമായി- ഈശ്വരന്റെ കയ്യൊപ്പായി, നാദബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്ന് ഇതാ ഒരാനന്ദകണം കൂടി! കാലവും ഋതുവും തെറ്റി വന്ന ഒരു പക്ഷിപ്പാട്ട് പോലെ!

അമ്മയുടെ പാട്ട്

നമുക്ക് വിരലടയാളവും ജനിതകങ്ങളുടെ അടയാളവും പോലെ ഒരു ശബ്ദരേഖ തനതായിട്ടുണ്ട്. (Voice-Print) ഇതുവെച്ച് നമ്മെ ഓരോരുത്തരേയും തിരിച്ചറിയാൻ സാധിയ്ക്കും. അമ്മ സംസാരിക്കുന്ന ഭാഷ (മാതൃ ഭാഷ) യിലെ സ്വരം നീട്ടലും കുറുക്കലും അതിലെ സംഗീതാംശവുമാണ് ഒരു ഭ്രൂണത്തെ ആദ്യമായി സ്വാധീനിയ്ക്കുന്ന ഇന്ദ്രിയവിഷയം സ്വരംനീട്ടി ഉച്ചരിക്കുക അഥവാ പാടുക എന്നതുകൊണ്ട് അമ്മയ്ക്ക് തന്റെ വികാരം (സ്നേഹം) കുഞ്ഞിനുമാത്രമായി പകർന്നുകൊടുക്കാനും അതിന് സുരക്ഷിതത്വബോധം കൊടുക്കാനും സാധിയ്ക്കും കുഞ്ഞിനോട് ഭ്രൂണാവസ്ഥയിലും ജനിച്ചശേഷവും അമ്മമ്മാർ സ്വരം നീട്ടിയും അവസാനത്തെ വ്യഞ്ജനാക്ഷരം ഉച്ചാരണ ശുദ്ധിയോടെ, അമർത്തി ഉറപ്പിച്ചും പറയുന്നത് ആരും പഠിപ്പിച്ചിട്ടല്ല. സ്വാഭാവികമായി വികാരവും അതിന്റെ അർത്ഥവും കൈമാറാൻ ഈ രണ്ടുപ്രക്രിയകൾക്കു കഴിയുമെന്ന് എല്ലാ മനുഷ്യക്കുട്ടികളും ഗർഭത്തിൽ വെച്ചുതന്നെ മനസ്സിലാക്കിയതിന്റെ ഒരു തുടർച്ചയാണ്. 3 മാസം മുതൽ ഭ്രൂണാവസ്ഥയിലിരിക്കുന്ന മനുഷ്യശിശു അമ്മയുടെ ഹൃദയതാളം, ശ്വാസത്തിന്റെ ശബ്ദം, അമ്മ സംസാരിക്കുന്ന ശബ്ദം എന്നിവ കേൾക്കുന്നുണ്ട് അവയ്ക്കായി കാതോർക്കുന്നുണ്ട്. മറ്റൊരിന്ദ്രിയവും ഗർഭാശയത്തിലിരിക്കുന്ന കുഞ്ഞിന് ഇന്ദ്രിയ വിഷയങ്ങളോട് ബന്ധമില്ലായ്കയാൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നില്ല. അതിനാൽ മാക്സിമം വികസിച്ച ശ്രുതിയോടെയാണ് ഓരോ മനുഷ്യ ശിശുവും പിറന്നു വീഴുന്നത്. ആ ശ്രുതിയുടെ സ്മൃതി അഥവാ ഓർമ്മയാണ് ഓരോ കുട്ടിക്കും പിൽക്കാലജീവിതത്തിൽ സുരക്ഷിതത്വബോധം നൽകുന്നത്. അമ്മ പതുക്കെ മൃദുലമായി സംസാരിച്ചാൽ (35-40 ഡെസിബൽ)കുഞ്ഞ്

ഗർഭപാത്രത്തിൽ സുഖമായികിടക്കും. പാടിയാൽ (20 ഡെസിബൽ) ശാന്തമായി സുരക്ഷിതമായി കിടക്കും, ശ്രദ്ധിക്കും, ഉറങ്ങും. ഉറക്കെ ക്ഷോഭിച്ച് അട്ടഹസിച്ചാൽ (75-80 ഡെസിബൽ) കുഞ്ഞ് അശാന്ത മായി വളഞ്ഞുപിരിയും, പേടിയ്ക്കും. 80-85 ഡെസിബലിനുമുക ളിലുള്ള ശബ്ദം മനുഷ്യശിശുവിന്റെ സ്വാഭാവികവളർച്ചയേയും സുര ക്ഷിതത്വത്തേയും ബാധിയ്ക്കും. ഈ തത്ത്വമനുസരിച്ചാണ് മനു ഷ്യശബ്ദത്തിൽ പാടുന്നത്, (അമ്മ മധുര ശബ്ദത്തിൽ കൊഞ്ചിയും പാടിയും ശിശുവിനെ വളർത്തുന്നത്) ഉപകരണസംഗീതത്തേക്കാൾ നല്ലതാണെന്ന് തീരുമാനിക്കപ്പെട്ടിരിക്കുന്നത്. (Ref.pp.60 നാദലയ സിന്ധു. രാഗചികിത്സാമൃതം. D.C ബുക്ക്സ്. ഡോ. സുവർണ നാലപ്പാട്ട്) മനുഷ്യശിശുവിന് മനുഷ്യശബ്ദം സുരക്ഷിതത്വത്തിനും വളർച്ചയ്ക്കും കൂടുതൽ ആവശ്യമാണ്.

സസ്തന ജീവികളിൽ മനുഷ്യൻ, തിമിംഗലം, വവ്വാൽ, ഡോൾഫിൻ എന്നിവയ്ക്ക് സ്വാഭാവികമായി സംഗീതസ്വരങ്ങൾ കേട്ടറിയാൻ കഴിവുണ്ട്. തത്തകൾക്കും, മൈന മുതലായ പക്ഷി കൾക്കും സംഗീതസ്വരങ്ങൾ അനുകരിച്ചു പാടാൻ കഴിയും. മനു ഷ്യനു മാത്രമെ സംഗീതം ഉണ്ടാക്കാനും പാടാനും അതിന്റെ തത്ത്വം ഗ്രഹിച്ച് ഉപയോഗിക്കാനും സാധിക്കുന്നുള്ളു. ശബ്ദത്തിന്റെ ആർക്കിയോളജിയിൽ മനുഷ്യശിശു കുരങ്ങനോടുമാത്രമല്ല, പാടുന്ന പക്ഷികളോടും ചില കാര്യങ്ങളിൽ സമാനതപുലർത്തുന്നു. പക്ഷി യുടെ മസ്തിഷ്ക്കത്തിൽ മനുഷ്യ മസ്തിഷ്ക്കത്തിലെന്നപോലെ ഗ്ലൂട്ടാമേറ്റ് റിസപ്റ്ററുകൾ. (glutamate receptors ഉണ്ട്.) നാഡീകോശ ങ്ങളുമായി സാവേദനം പുലർത്താനും, ശബ്ദങ്ങൾ പഠിക്കാനും അവസംവദിക്കാനുമുള്ള മസ്തിഷക്കഭാഗങ്ങൾ അവയിലും മനു ഷ്യനിലെന്നപോലെ പ്രവർത്തിക്കുന്നത്. തവള മുതൽ കണ്ടാമൃഗം

വരെയുള്ള മൃഗങ്ങളിലും പക്ഷികളിലുമുള്ള ഫ്രീക്വൻസി കോഡ് വെച്ച് (56 തരം Species) പഠിച്ചപ്പോൾ ആത്മവിശ്വാസവും അടക്കി ഭരിക്കുന്ന സ്വഭാവമുള്ളവയിൽ ശ്രുതിതാഴ്ത്തിയ, കഠിന ശബ്ദവും, താഴ്ന്നു നിൽക്കുന്ന ഭരിക്കപ്പെടുന്ന ആത്മവിശ്വാസം കുറഞ്ഞവയിൽ ഉയർന്നശ്രുതിയിലുള്ള ശബ്ദങ്ങളുമാണ് ഗവേഷകർ കണ്ടത്. ഈ റേഞ്ച് മുഴുവൻ ഉണ്ടാക്കാനും ഉപയോഗിക്കാനും ഉള്ള കഴിവ് മനുഷ്യന്റെ ശബ്ദേന്ദ്രിയത്തിനും അതിനെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന മസ്തിഷ്ക്കമുൾപ്പെട്ട ശരീരഭാഗങ്ങൾക്കും ഉണ്ട്. എന്നാൽ ഒരു നവജാതശിശുവിന്റെ ശബ്ദേന്ദ്രിയത്തിന് പൂർണ്ണമായി ആ റേഞ്ച് മുഴുവൻ ഉണ്ടാക്കാനുള്ള കഴിവില്ല. അതിന്റെ നാവ് പൂർണ്ണമായും വായുടെ അന്തർ ഭാഗത്തും, ശബ്ദേന്ദ്രിയം ഫാരിങ്സിനോട് കൂടുതൽ അടുത്തുമാണ്. 2 മുതൽ 6 വയസ്സുവരെയുള്ള കാലത്ത് ശബ്ദേന്ദ്രിയവും നാവിന്റെ മൂലവും കൂടുതൽ താഴേയ്ക്ക് ഇറങ്ങി വരികയും വളർച്ച പൂർണ്ണമാകയും ചെയ്യും. അതുകൊണ്ടാണ് 3 വയസ്സിൽ എഴുത്തിനിരുത്തി 5 വയസ്സുകഴിഞ്ഞാൽ ഗുരുവിന്റെ അടുക്കൽ പഠിക്കാൻ അയയ്ക്കുന്നത്. വളർച്ചയെത്തിയ ഒരു ചിമ്പാൻസിയുടെ ശബ്ദേന്ദ്രിയവും നാവും വളർച്ചയെത്താത്ത ഒരു മനുഷ്യശിശുവിന്റെ ശബ്ദേന്ദ്രിയവും നാവും ഒരുപോലെയാണ്. അതായത് ജനിക്കുമ്പോൾ ശിശുവിന്റെ വാഗിന്ദ്രിയം കുരങ്ങന്റേതു പോലാകയാൽ പ്രകൃതിയിലെ നമ്മുടെ Evolution(പരിണാമം) അനുകരിക്കുന്നു. ഇതിൽ വെളുത്ത/ കറുത്ത വർഗ്ഗക്കാർക്കോ ഏതെങ്കിലും പ്രത്യേക എത്തിനിക് ഗ്രൂപ്പുകൾക്കോ ഒന്നും വ്യത്യാസമില്ല. എല്ലാ മനുഷ്യക്കുട്ടികളുടെ വളർച്ചയും സമാനമാണ്. 700000-500000 വർഷം മുമ്പുള്ള ഹോമോ ഇറക്ടസ്സും 300000-100000 വർഷം മുമ്പ് ഉണ്ടായ ഹോമോസാപ്പിയൻസ് എന്ന ഇന്നത്തെ മനുഷ്യവംശവും

സംസാരിക്കാനും പാടാനും കഴിയുന്ന വാഗിന്ദ്രിയവും മസ്തിഷ ക്കവും ഉള്ളവരായിരുന്നു. 30000-20000 വർഷം മുമ്പ് ജീവിച്ച ഹോമോസാപ്പിയൻ ഇനത്തിൽപ്പെട്ട ക്രോമാഗ്നൻ മനുഷ്യന്റെ വാഗി ന്ദ്രിയവും തലയോടും ഫ്രാൻസിൽ പഠനവിധേയമാക്കി. അത് ഇന്നത്തെ മനുഷ്യന്റെ പോലെത്തന്നെ ഇരുന്നു. 60000 വർഷം പഴക്കമുള്ള ഒരു നിയാൻഡർത്താൻ മനുഷ്യന്റെ ഹയോയ്ഡ് അസ്ഥി (ശബ്ദേന്ദ്രിയത്തിന്റെ മുമ്പിൽ കഴുത്തിൽ കാണുന്നത്) പഠിച്ചപ്പോൾ ശബ്ദേന്ദ്രിയ ഘടന പാടാനും സാസാരിക്കാനും ഇന്നത്തെ മനുഷ്യനെപ്പോലെ സാധിക്കുന്ന വിധത്തിലാണ്. ആസ്ട്ര ലോപിത്തക്കൻ വംശക്കാരുടെ ഹൈപ്പോ ഗ്ലോസൽ കനാൽ പഠിച്ചപ്പോൾ, 3.2 മില്യൻ വർഷം മുമ്പ് ആദ്യത്തെ ശിലായുധം ഉണ്ടാക്കുന്നതിനുമുമ്പേ, മനുഷ്യൻ സംസാരിക്കാൻ (പാടാനും) തുടങ്ങിക്കഴിഞ്ഞിരുന്നു എന്നു തെളിഞ്ഞു. ചിമ്പൻസിയിലും മനു ഷ്യനിലും ഉള്ള 99% ജനിതകങ്ങൾ സമാനങ്ങളാണ്. 21 ജനിതക ങ്ങൾ മനുഷ്യനു മാത്രം പ്രത്യേകമായിട്ടുള്ളത് ശ്രുതി (കേൾവി) യ്ക്കുള്ളതാണ്. ഈ ശ്രുതിജനിതക ങ്ങളാണ് പഠിയ്ക്കാ നും സംസാരിക്കാനും പാടാനും മനുഷ്യനെ സഹായിക്കുന്നതും ചിമ്പൻസിയിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തനാക്കിയതും. അഥവാ മനുഷ്യ സംസ്ക്കാരം, മാനവീയത എന്നു നാം പറയുന്ന ശ്രുതി, ഗ്രഹണ ശേഷി, സാഹിത്യസംഗീതാദി ഭാഷാ പ്രയോഗം ഉപകരണ പ്രയോഗം (technology) എന്നിവയിലാണ് ആദിമ മനുഷ്യൻ ചിമ്പാൻസിയിൽ നിന്ന് വ്യത്യസ്തനായത്. ഇന്നും വ്യത്യസ്തനാ യിരിക്കുന്നത്. ഇടത്തു മസ്തിഷ്ക്കത്തിൽ 2, 3 ഫ്രോണ്ടൽ ചുളി വുകൾക്കടുത്ത ബ്രോക്കയുടെയും. വെർണിക്കിന്റെയും ഭാഗങ്ങൾ ഭാഷ (സംവേദനം) ഗ്രഹിക്കാനും സംവദിക്കാനും നമ്മെ സഹാ

യിക്കുമ്പോൾ, ആ ഭാഷയിലെ (മനുഷ്യശബ്ദത്തിലെ) വികാരങ്ങൾ, ആരോഹണാവരോഹണങ്ങൾ എന്നിവയെല്ലാം വലത്തു മസ്തിഷ്ക്കം നമ്മെ ഗ്രഹിപ്പിക്കുന്നു. സരസ്വതിയുടെ ഇടത്തും വലത്തുമുള്ള സ്തന്യം (സാഹിത്യം,സംഗീതം) നമ്മുടെ മസ്തിഷ്ക്കത്തിന്റെ ഇരുവശത്തേയും പോഷിപ്പിച്ചാലെ, ഒരു മനുഷ്യശിശു പൂർണ്ണവളർച്ചയുള്ള മനുഷ്യനാവുകയുള്ളു. ഒരു മനുഷ്യശബ്ദത്തിൽ നിന്ന് അതിലെ സന്തോഷവും സങ്കടവും തിരിച്ചറിയുന്നത്, ഒരു പദ പ്രയോഗത്തിന്റെ മെറ്റാഫിസിക്കൽ അർത്ഥതലങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കുന്ന അലൌകിജ്ഞാനം, ഇതൊക്കെ വലത്തു മസ്തിഷ്ക്കഭാഗത്താണ്. ഇടത്തു ചെവികേട്ടത് വലത്തുമസ്തിക്കത്തിലേക്ക് എത്തുന്നു. അവിടെ ശ്രുതിയും, വികാരവും അറിയുന്നു. വലത്തു ചെവി കേട്ടത് ഇടത്തു മസ്തിഷ്ക്കത്തിലെത്തി ഗ്രഹണവും അർത്ഥവും സംവേദനവും നടക്കുന്നു. രണ്ടു ചെവിയും രണ്ടു മസ്തിഷ്ക്ക ഭാഗങ്ങളും (സംഗീതവും സാഹിത്യഭാഷയും) ഒന്നിച്ച് പ്രവർത്തിയ്ക്കാൻ കവിതാത്മകമായ ഗാനങ്ങൾ മനുഷ്യശബ്ദത്തിൽ ശ്രുതിയിൽ താളത്തിൽ പാടിക്കൊടുക്കുന്നതാണ് ഏറ്റവും ഉചിതം. ഇന്ത്യയിൽ ഒരു കാലത്ത് എല്ലാ ശാസ്ത്രവും (ആയുർവ്വേദം, ജ്യോതിഷം അടക്കം) കവിതാത്മകമായിരുന്നതും, കുട്ടിക്കാലത്ത് കാവ്യം പഠിപ്പിച്ചിരുന്നതും ഇതുകൊണ്ടാണ്. ഒരു കുട്ടിയുടെ വളർച്ചയിൽ അമ്മയുടെ പാട്ടിനുള്ള പ്രധാന്യം അറിഞ്ഞിരുന്ന തമിഴ് ബ്രാഹ്മണസമൂഹങ്ങൾ വിവാഹത്തിന് സ്ത്രീയുടെ ഒരു യോഗ്യതയായി

പാടാൻ അറിയുക എന്നത് ഉൾപ്പെടുത്തിയിരുന്നു. ആദിവാസികൾക്കിടയിലും പാട്ടും നൃത്തവും അറിയുന്ന സ്ത്രീയെ പുരുഷൻ വരിയ്ക്കുന്നുണ്ട് ക്ലാസിക്കൽ സംഗീതം അറിയില്ലെങ്കിലും താളത്തിൽ, സ്നേഹമെന്ന വികാരം ഉൾക്കൊണ്ട് താരാട്ടു പാടിയാലും

അമ്മയുടെ പാട്ട് എല്ലാ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും സുഖമാണ്. എന്റെ അമ്മ കവിതകൾ, അക്ഷരശ്ലോകങ്ങൾ എല്ലാം ഈണത്തിൽ ഞങ്ങൾക്കു പാടി തന്നിരുന്നു. അതൊരു സുഖമാണ് കേൾക്കാൻ, നമ്മൾക്ക് എത്ര വയസ്സായാലും. അമ്മയുടെ ശബ്ദം ഗർഭപാത്രത്തിൽ ഇരിക്കുന്ന കുട്ടിയെ ബാഹ്യലോകത്തെക്കുറിച്ച് ഗ്രഹിപ്പിക്കുന്ന രണ്ടാമതൊരു നാഭീനാളബന്ധമാണ്. അലൗകികമായ ഒരു നാഭീനാളമാണത്. സൈക്കോ അനാലിസിസും ന്യൂറോസയൻസിന്റെ പുതിയമാർഗ്ഗങ്ങളും വെച്ച് അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തെ, കുഞ്ഞിനെ ചുറ്റിയിരുന്ന്, സംരക്ഷിച്ച്, പോഷിപ്പിക്കുന്ന ഒരു Sonorous Envelope (ധ്വന്യാവരണം) എന്നാണ് നിർവ്വചിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഈ ശബ്ദാവരണം കുഞ്ഞിന്റെ ചുറ്റും, അതിന്റെ ഓഡിയോഫോണിക് ചർമ്മമായി, ആദ്യത്തെ സൈക്കിക് ദേശകാലമായി ഇരിക്കുന്നു. അമ്മ പറയുന്ന, കൊഞ്ചുന്ന, പാടുന്നതെല്ലാം അതിന് കേൾക്കാം. അതിൽ നിന്നാണ് കുഞ്ഞ് താൻ സ്നേഹിക്കപ്പെടുന്നവനാണ്, തന്നെ സ്നേഹിക്കാനും രക്ഷിക്കാനും ഒരാളുണ്ട് എന്ന് ഈശ്വരശബ്ദം പോലെ അമ്മയുടെ സാന്നിദ്ധ്യം ഗർഭാശയത്തിലിരുന്നുതന്നെ അറിയുന്നത്. ഈ ശബ്ദ മണ്ഡലം 360 ഡിഗ്രിയിലാണ്, കുഞ്ഞിന് അനുഭവപ്പെടുന്നത്. ശാബ്ദികമായ ഗർഭോദകശായി യായി ഒരു കുഞ്ഞു നാരായണനായി, അമ്മയുടെ ഉദരത്തിൽ യോഗനിദ്രയിൽ കിടന്ന് അമ്മയുടെ ശബ്ദങ്ങളിലൂടെ നമ്മളെല്ലാവരും ആദ്യമായി ബാഹ്യപ്രപഞ്ചത്തെ കാണതെത്തന്നെ (അടിവരയിട്ടു പറയട്ടെ!) അറിഞ്ഞിട്ടുള്ളവരാണ്. ഈ മാതൃശബ്ദമാണ് പിൽക്കാലത്ത് നമ്മുടെയെല്ലാം ആന്തരശബ്ദം (മനസ്സാക്ഷിയുടെ ശബ്ദം) ആയിമാറുന്നത്. 18 ആഴ്ചയുള്ള കുഞ്ഞിന് അമ്മയുടെ 16 വിധം ശബ്ദമാറ്റങ്ങൾ തിരിച്ചറിയാമെന്ന് ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്.

പിൽക്കാല ജീവിതത്തിൽ അമ്മയുൾപ്പെട്ടെ പ്രിയപ്പെട്ടവരിൽ നിന്നുള്ള വിരഹം, അവരുടെ മരണം, മറ്റ് കഷ്ടപ്പാടുകൾ ഇവയൊക്കെ താങ്ങാൻ പോലും അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിലെ മൂല്യ ങ്ങളാണ് കുഞ്ഞിന് തുണയാവുന്നത്. ലിംബിക് സിസ്റ്റത്തിൽ വേർപാട് മുതലായ ദുഃഖങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന മാറ്റങ്ങളെ അമ്മയുടെ ശബ്ദം കുട്ടിക്കാലത്തും, അതിന്റെ തന്നെ മാറ്റൊലിയായി നമ്മിൽ ഉണ്ടായ ആന്തര ശബ്ദം പ്രായമാകുമ്പോഴും നമ്മെ സഹായിക്കു ന്നു. അമ്മയുടെ ശാരീരികമായ സാന്നിദ്ധ്യം ഇല്ലാതെപ്പോലും, അവ രുടെ ശബ്ദം കേൾപ്പിച്ചാൽത്തന്നെ കുട്ടികൾ കരച്ചിൽ നിർത്തി ശാന്തരാകുന്നത് അമേരിക്കൻ ശിശുരോഗ വിദഗ്ധർ ശ്രദ്ധിച്ച് റെക്കോ ഡുചെയ്തിട്ടുണ്ട്. മെക്കാനിക്കൽ വെന്റിലേഷനുകളിലുള്ള കുട്ടി കൾക്ക് ഒരു അമ്മപ്പാവ (മമ്മി ഡോൾ=അമ്മയുടെ ശബ്ദം+സാന്ത്വന സംഗീതം) കൊടുത്തപ്പോൾ ഔഷധങ്ങളുടെ ഡോസ് കുറയ്ക്കാൻ അവർക്ക് സാധിച്ചു. ഗർഭാശയത്തിലിരുന്ന് കുട്ടികൾ പഠിക്കുന്ന തിന് എത്രയോ ഉദാഹരണങ്ങൾ നമ്മുടെ ഇതിഹാസപുരാണങ്ങ ളിലുണ്ട്. രണ്ട്മൂന്ന് ഉദാഹരണങ്ങൾ പറയാം. സുഭദ്രയുടെ വയറ്റി ലിരുന്ന് ശ്രീകൃഷ്ണൻ സംസാരിക്കുന്നത് അഭിമന്യു കേട്ടു (പത്മ വ്യൂഹഭേദനം പഠിച്ചു) കയാതുവിന്റെ വയറ്റിലിരുന്ന് നാരദൻ ഹരി നാമം പാടുന്നത് പ്രഹ്ലാദൻ കേട്ടു. (ഹരി ഭക്തനായി) പഠിച്ചകാര്യ മൊന്നും പറയുന്നില്ലെങ്കിലും ബൈബിളിലും (ലൂക്ക്-1:39-44) പുറത്തെ ശബ്ദം കുട്ടി കേട്ട് പ്രതികരിച്ച കാര്യം പറയുന്നുണ്ട്. സക്കറിയാസിനേയും എലിസബത്തിനേയും മേരി സന്ദർശിച്ചപ്പോൾ മേരിയുടെ ശബ്ദംകേട്ട് എലിസബത്തിന്റെ വയറ്റിലിരുന്ന കുഞ്ഞ് സന്തോഷം കൊണ്ട് ഇളകി എന്നാണ് പറയുന്നത്. ഈ മൂന്നുദാഹ രണത്തിലും കുഞ്ഞ് അമ്മയുടെ മാത്രമല്ല, പുറത്തുനിന്നുള്ള ശബ്ദ

ങ്ങളും കേൾക്കുന്നുണ്ട് എന്നാണ് കാണുന്നത്. ഇക്കാരണത്താൽ, അമ്മയും അച്ഛനും ഗർഭിണിയുടെ അടുത്തു പോകുന്നവരും താന്താങ്ങളുടെ സംഭാഷണവിഷയം, അതിന്റെ ടോൺ എന്നിവ ശ്രദ്ധിക്കണം നല്ല സംഗീതം ഗർഭിണികൾ കേൾക്കണം. അൾട്ര സൌണ്ട് ടെക്നിക്ക് കൊണ്ട്, 14 ആഴ്ചക്കകം തന്നെ കുഞ്ഞ് ശബ്ദത്തോട് പ്രതികരിക്കുന്നു എന്നാണ് മനസ്സിലാവുന്നത്. ഈ ശബ്ദം ചെവി വഴി മാത്രമല്ല, പൊതിഞ്ഞ ഗർഭോദകം വഴി എല്ലാ ദിശകളിൽ നിന്നും കുഞ്ഞിലെത്തുന്നുണ്ട്. 28 ആഴ്ചകൊണ്ട് ചെവി വഴി എത്തുന്ന ശബ്ദങ്ങളോട് പ്രത്യേകപ്രതികരണം കുഞ്ഞ് കാണിക്കാൻ തുടങ്ങുന്നു. അപ്പോൾ കുഞ്ഞിന് ഭാഷഗ്രഹിക്കാനാവില്ല, പറയാനുമാവില്ല പക്ഷെ ശബ്ദവും അതിന്റെ വ്യത്യസ്തധ്വനികളും, അവയിലൂടെ ആരോഹണാവരോഹണങ്ങളിൽ അമ്മ കൊടുക്കുന്ന വികാര സംവേദനവും കുഞ്ഞ് ഗ്രഹിക്കുന്നു. അതായത് സാഹിത്യത്തേക്കാൾ മുമ്പ് അമ്മയുടെ സംഗീതം കുഞ്ഞിലെത്തുന്നു. സംഗീതത്തിലൂടെയാണ് സാഹിത്യത്തെ കുഞ്ഞ് അറിയുന്നത്. അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിന്റെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലനുസരിച്ച് കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയതാളം (foetal heartrate) മാറുന്നു. സാന്ത്വനസ്വരത്തിൽ അമ്മ കൊഞ്ചിയാൽ, പാടിയാൽ ഹൃദയതാളം സാധാരണ ഗതിയിലാവും. അട്ടഹസിച്ചാൽ കുഞ്ഞ് പേടിയ്ക്കും ഹൃദയതാളം കൂടും (പിൽക്കാലത്ത് കുഞ്ഞിന്റെ അരക്ഷിതാവസ്ഥാബോധം ഇതിനാൽ വർദ്ധിക്കും) അമ്മയുടെ ശബ്ദമാണ് കുഞ്ഞിനേറ്റവും പരിചിതം, ഏറ്റവും ഇഷ്ടവും അതിൽ നിന്നാണ് കുഞ്ഞ് മറ്റു ശബ്ദങ്ങളെ താരതമ്യം ചെയ്ത്, വിവേചിച്ച്, ഇതമ്മയുടെ ശബ്ദമല്ല എന്ന് (നേതി,നേതി) തിരിച്ചറിയുന്നത്. സ്ത്രീപുരുഷശബ്ദങ്ങൾ (അച്ഛന്റെ ശബ്ദം) ശ്രുതിവെച്ച് തിരിച്ചറിയുന്നതും അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിൽ നിന്നുള്ള

വൈധർമ്മ്യം വെച്ചാണ്. അതായത്, കുഞ്ഞിന്റെ മസ്തിഷ്ക വളർച്ച യിൽ ആദ്യമായി പങ്ക് വഹിക്കുന്നത് അമ്മയുടെ ഭാഷയും അതിലെ സംഗീതാത്മകതയുമാണ്. കുഞ്ഞിന്റെ ചുറ്റും അമ്മയുടെ ഗർഭോ ദകം (amniotic fluid) ഉണ്ട്. തരംഗ ദൈർഘ്യം കുറഞ്ഞ ശബ്ദങ്ങൾ കൂടിയവയേക്കാൾ ഇതിനെ കടന്നു പോകും. സ്വരങ്ങളാണ് കൂടു തൽ വ്യക്തമായി കുഞ്ഞ് കേൾക്കുക വ്യഞ്ജനമല്ല -അതായത് അമ്മയുടെ ശബ്ദം ഒരു വലിയ ജലയവനിക (സമുദ്രം) യ്ക്കപ്പുറ ത്തുനിന്നു വരുന്ന അശരീരിയായ ഒരു സ്വരഭാഷയായിട്ടാണ് കുഞ്ഞ് കേൾക്കുന്നതും അറിയുന്നതും. അതിലെ എല്ലാ ആരോഹ ണാവരോഹണങ്ങളും മെലഡിയും അത് നന്നായി കേൾക്കുകയും മസ്തിഷ്ക്കസരണികളിൽ എന്നെന്നേയ്ക്കുമായി ദീർഘകാലസ്മൃ തികളായി രേഖപ്പെടുത്തി ശേഖരിക്കുകയും ചെയ്യുന്നു. അഛന്റെ ശബ്ദത്തേക്കാൾ (പുറത്തൊരാളുടെ ശബ്ദത്തേക്കാൾ) കുഞ്ഞിന് വ്യക്തമായി കേൾക്കാം അമ്മയുടെ ശബ്ദം. കാരണം അമ്മയുടെ ശരീരം- ഉദരഭാഗത്തെ അവയവങ്ങൾ, ഗർഭോദകം,നട്ടെല്ല്, മറ്റ് അസ്ഥികൾ, രക്തക്കുഴലുകൾ, ശ്വാസകോശം വരേ -നേരിട്ട് ഇടയി ലുള്ള മറ്റൊരു മീഡിയത്തിന്റെ തടസ്സം കൂടാതെയാണ് അത് കുഞ്ഞി ലെത്തിയ്ക്കുന്നത്. ശബ്ദം കുഞ്ഞിന് കേൾവിയിലൂടെ മാത്രമല്ല, സ്പർശ ത്തിലൂടെയും (contact) കിട്ടുന്നു എന്നർത്ഥം. ശബ്ദതരം ഗങ്ങൾ സൂഷ്മമായ പ്രതികരണങ്ങൾ കർണ്ണചർമ്മത്തിലും ത്വക്കിലും ഉണ്ടാക്കുന്നു. അതിന്റെ കമ്പനം കുഞ്ഞ് ചെവിയിലൂടെ കേൾക്കുന്നതോടൊപ്പം, മുഴുവൻ ശരീരം കൊണ്ടും അനുഭവിക്കു ന്നു. (ത്വക്കിലൂടെ സ്പർശമായിട്ട്) അതായത് അമ്മ തനിയ്ക്കായി പാടുന്നതും കൊഞ്ചുന്നതും ഗർഭത്തിലിരിക്കുന്ന കുഞ്ഞിന് ശ്രുതി മാത്രമല്ല, അമ്മയുടെ ശരീരസ്പർശം കൂടിയാണ്. അതൊരു പ്രത്യേക

ഇന്ദ്രീയനുഭവം മാത്രമല്ല. സർവ്വേന്ദ്രിയാതീതമായ, ആദ്യത്തെ ഈശ്വ രസ്പർശമാണ് ശ്രുതിയും സ്പർശവും കൊണ്ട് കുഞ്ഞിന് സുര ക്ഷിതത്വം നൽകുന്ന ആദ്യത്തെ ഈശ്വരനും ആദ്യത്തെ ഗുരുവു മാണ് അമ്മ മാതാ പിതാ ഗുരു ദൈവം എന്ന് ആദ്യം അമ്മ യുടെ പേര് നമ്മൾ പറയുന്നതും അതുകൊണ്ടുതന്നെ. മറ്റെല്ലാ ശബ്ദങ്ങളെക്കാളും ഉപകരണ സംഗീതത്തേക്കാളും മനുഷ്യൻ മനു ഷ്യശബ്ദത്തെ കൂടുതൽ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതും അതിൽനിന്ന് സാന്ത്വ നവും സുരക്ഷിതത്വവും ഉൾക്കൊള്ളുന്നതും ഈ ആദ്യാനുഭവം കൊണ്ടാണ്. (Ref. Athena Vouloumanas, Janet. F. Werker. Tuned to the Signal, The Privileged Status of Speech for young infants. Developmental Science.7:3, 2004) നവജാത ശിശുക്കൾക്ക് അമ്മ കൊഞ്ചു ന്നതും പാടുന്നതും കേൾക്കാൻ ഇഷ്ടമാണ്. 2 വയസ്സിനു താഴെ യുള്ള കുട്ടികൾക്കെല്ലാം അമ്മയുടെ ശബ്ദമാണ് ഏറ്റവും ശ്രദ്ധേയ മായ, ഏറ്റവും പ്രിയമായ ശബ്ദം. പക്ഷെ, 3 ദിവസം പ്രായമാവും മുമ്പേ നവജാത ശിശു അമ്മയുടേയും അമ്മയല്ലാത്ത മറ്റൊരു സ്ത്രീയുടേയും (സ്ത്രീ ശബ്ദങ്ങൾ) ശബ്ദങ്ങൾ തിരിച്ചറിയുന്നത് ഗർഭത്തിലിരുന്നുതന്നെ കിട്ടിയ അറിവുവെച്ചാണ്. ജനിച്ച് ഒരാഴ്ച ക്കകം ഒരു കുട്ടി കരയുമ്പോൾ കിലുക്കിന്റെ ശബ്ദം കേട്ടാൽ, ഒരു നിമിഷം കരച്ചിൽ നിർത്തി ചെവിയോർക്കും (പുതിയ ശബ്ദമെന്ത് എന്ന അന്വേഷണം) പിന്നെയും കരയും. മനുഷ്യശബ്ദമാണ് കേട്ട തെങ്കിൽ കരച്ചിൽ നിർത്തും. 2 ആഴ്ചയ്ക്കകം വീട്ടിലെ മറ്റംഗങ്ങ ളുടെ (അച്ഛനടക്കം) പരിചിത ശബ്ദങ്ങൾ കേട്ടാലും കുട്ടി ശാന്ത മാകും മൂന്നാമത്തെ ആഴ്ചയിൽ ആ ശബ്ദങ്ങൾ കേട്ടാൽ, താൻ തിരിച്ചറിഞ്ഞു എന്ന് ശബ്ദത്തിന്റെ ഉടമയോടു സംവദിയ്ക്കാൻ വേണ്ടി പുഞ്ചിരിയ്ക്കും. അഞ്ചാമത്തെ ആഴ്ചയാകുമ്പോഴേക്കും

നല്ലവണ്ണം വിശന്നിരിക്കുമ്പോൾ പാലുകുടിയ്ക്കുന്നതിനിടയിൽ പോലും ഒരു പരിചിതശബ്ദം തന്നോട് കൊഞ്ചിയാൽ ഒരു നിമിഷം പാലുകുടി നിർത്തി ഒരു പുഞ്ചിരിസമ്മാനിച്ചിട്ട് പാലുകുടി തുടരും കുഞ്ഞിന്റെ മസ്തിഷ്ക്കം അതിന്റെ സമൂഹബോധം ശബ്ദത്തിലൂടെ ഗ്രഹിയ്ക്കാൻ അപ്പോഴേയ്ക്കും തുടങ്ങിക്കഴിഞ്ഞു എന്നർത്ഥം. മാത്ര മല്ല, മനുഷ്യ ശബ്ദങ്ങൾ തന്നോട് കൊഞ്ചിപ്പറയുകയോ പാടുകയോ ചെയ്യുമ്പോൾ അതേ ശ്രുതിയിലും ഈണത്തിലും ഉള്ള തനതായ ശബ്ദങ്ങൾ (Comfort Sounds) പുറപ്പെടീച്ച് പ്രതികരണശേഷി തെളി യിക്കുന്നു. അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിൽ ഇക്കാലത്തുള്ള സംഭാ ഷണം അതിമനോഹരമായൊരനുഭവമാണ്. അതൊരു വൺ-വേ സംവേദനമല്ല. രണ്ടുവഴിയും സാവേദനം നടക്കുന്ന ഒരു ഓഡി യോഫോണിക്ക് ഫീഡ്ബാക്ക് ആണ്. കഴിഞ്ഞ 25 വർഷത്തെ റിസർച്ച്കൊണ്ട് അമ്മയുടെ ശബ്ദം ഒന്നുമാത്രമാണ്, കുഞ്ഞിന്റെ ഗർഭാവസ്ഥ (Prenatal)യും ജനനാനന്തരാവസ്ഥയും (Postnatal) തമ്മി ലുള്ള നൈരന്തര്യം അഥവാ തുടർച്ചയ്ക്കുള്ള ഒരേ ഒരാധാരമെന്നും അതൊന്നുമാത്രമാണ് മനുഷ്യന് മരണംവരെ ആന്തരികമായ സുര ക്ഷിതത്വം കൊടുക്കുന്നതെന്നും തെളിയിക്കപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. കണ്ണിന്റെ പ്രവർത്തനത്താൽ അമ്മയുടെ മുഖം തിരിച്ചറിയും മുമ്പെ, ഭാഷ യുടെ ഉപകരണം പ്രവർത്തിയ്ക്കും മുമ്പുതന്നെ, നമ്മൾ ഓരോരു ത്തരും ശബ്ദങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കാനും, ശ്രദ്ധിക്കാനും, വിവേചിക്കാനും പഠിച്ചിട്ടാണ് പിറന്നുവീണത്. (Babies are supremely gifted voice readers" എന്ന് Anne Karpf. The human voice. the story of a remarkable talent.എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ Bloomsberry 2006) 4 വയസ്സാവുമ്പോൾ Voice readingൽ നിന്ന് Visual reading ലേയ്ക്ക് ശ്രദ്ധ മാറിമാറിവരു ന്നു. രണ്ടിലും വ്യാപരിക്കുന്നു. പ്രായമാവുമ്പോൾ അത് രൂപത്തിൽ

മാത്രം ശ്രദ്ധകേന്ദ്രീകരിക്കുന്നു. (ഒരു സാധാരണ മനുഷ്യന്-നാമ രൂപാത്മക പ്രപഞ്ചം അപ്പോൾ രൂപാത്മകം മാത്രമാവുന്നു) എന്നാൽ ഒരു നല്ല ഗായകനും രസികനും അതെന്നും ശബ്ദ ബ്രഹ്മത്തിൽ/ നാദ ബ്രഹ്മത്തിൽത്തന്നെ (ഐശ്വരമായ അമ്മ എന്ന ദേവീസങ്ക ല്പത്തിൽത്തന്നെ) ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകൃതമാകയാൽ ഒരു ശിശുവിന്റെ അഥവാ യോഗിയുടെ നിഷ്ക്കളങ്കത കൈവരുന്നു. മറ്റുള്ളവർ ശബ്ദ ബ്രഹ്മത്തിന്റെ മെലഡിയെ, അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തെ, ശ്രദ്ധിയ്ക്കാതെ മറ്റു പലതിലും ശ്രദ്ധ ചിന്നിച്ചിതറി സംസാരികളായിത്തീരുന്നു. വളരുന്നതോടെ സാധാരണ മനുഷ്യൻ ഈശ്വരശബ്ദത്തിനു ചെവി യടച്ച്, ബാധിര്യം സ്വയംവരിയ്ക്കുന്നു.

12-72 മണിക്കൂർ പ്രയമായ നവജാതശിശു സന്തോഷമുള്ള ശബ്ദ ങ്ങൾ കേട്ടാൽ കണ്ണു തുറന്നു മിഴിച്ച് പിടിയ്ക്കും. ദുഃഖമുണ്ടാക്കുന്ന ശബ്ദം കേട്ടൽ നാവു പുറത്തിടുകയൊ ചുണ്ടുകൊണ്ട് കുടിയ്ക്കു ന്നപോലെ കാട്ടുകയോ ചെയ്യും (രണ്ടുതരം വികാരങ്ങളോട് രണ്ടുവിധം പ്രതികരിക്കും ശാബ്ദിക സംവേദനത്തെ അതിന്റെ മസ്തിഷ്കം വിവേചിച്ചറിയുന്നതിന്റെ ലക്ഷണമാണത്. പില്ക്കാ ലത്തുള്ള നമ്മുടെ സാധർമ്മ്യ വൈധർമ്മ്യ വിവേചന ശക്തികളു ടെയെല്ലാം ആദ്യത്തെ പ്രോട്ടോടൈപ്പ് ആണ്. ഈ വിവേചന ബുദ്ധി. ഇത് വൈകാരികബുദ്ധിയുടെ മാത്രമല്ല, മറ്റെല്ലാ വിധ ബുദ്ധി കളുടേയും മുന്നോടിയുമാണ്. 1877ൽ ഡാർവിൻ രണ്ടു കാര്യങ്ങൾ പറഞ്ഞത് ഇവിടെ ശ്രദ്ധേയമാണ് 1. സംഗീത സ്വരങ്ങൾ ആദ്യ മായി ഉണ്ടാക്കാൻ കഴിഞ്ഞതാണ് മനുഷ്യന്റെ പരിണാമ ചരിത്ര ത്തിലെ ഏറ്റവും സുപ്രധാനവും വിസ്മയകരവുമായ നേട്ടം 2. കുട്ടി കൾ ശബ്ദത്തിലെ ധ്വനി, tone കൊണ്ടാണ് വികാരങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കു ന്നത് ഒരു ചെറിയ പെൺകുട്ടി പാവയെ ഇടത്തുതോളിൽ കിടത്തി

ഉറക്കുന്നു. അമ്മമാർ കുഞ്ഞുങ്ങളെ ഇടത്തുതോളിൽ കിടത്തി ഉറക്കുന്നു. ഇതിന്റെ പ്രത്യേകത എന്തെന്നറിഞ്ഞല്ല അമ്മ അതു ചെയ്യുന്നത്. ഒരു സ്വാഭാവിക പ്രക്രിയയായിട്ടാണ്. പാവയെ ഉറക്കുന്ന പെൺകുട്ടി മുതിർന്നവർ ചെയ്തത് അനുകരിയ്ക്ക മാത്രമാണ്. ഈ പ്രക്രിയയുടെ മൂന്നു പ്രത്യേകതകൾ ഇവിടെ പറയാം.

1. അമ്മയുടെ ഇടത്തു ചെവിയും ഇടത്തു കണ്ണും കുഞ്ഞിന്റെ സൈക്കോളജിക്കൽ സ്ഥിതിയെ പെട്ടെന്ന് അമ്മയുടെ വലത്തു മസ്തിഷ്ക്കത്തിലെത്തിച്ച് അവിടെ വൈകാരികമായ പ്രോസസിങ്ങ് നടത്തുന്നു. അതിനാൽ കുഞ്ഞിന്റെ മുഖഭാവം, കുഞ്ഞുണ്ടാക്കുന്ന ശബ്ദങ്ങൾ എന്നിവയുടെ വൈകാരികഭാവങ്ങൾ അമ്മ ഉടനടി മനസ്സിലാക്കി പ്രതികരിക്കുന്നു.

2. കുഞ്ഞിന്റെ വലത്തു ചെവി അമ്മയുടെ ഹൃദയത്തോട് ചേർന്നിരിക്കയാൽ അതിന്റെ താളക്രമം കേട്ട് പെട്ടന്ന് കുഞ്ഞ് തന്റെ ഗർഭോദകശയനത്തിലെ താളം ഓർത്ത് ശാന്തമാവുന്നു.(72/mt എന്ന റിഥം)

3. കുഞ്ഞിന്റെ ഇടത്തു ചെവി അമ്മയുടെ കൊഞ്ചലും പാട്ടും അതേസമയത്ത് ശ്രദ്ധിക്കുന്നു. ഇത് കുഞ്ഞിന്റെ വലത്തു മസ്തിഷ്ക്കഭാഗത്തെത്തി, അതിലെ ധ്വനി ഭാവരസങ്ങൾ, വികാര ത്രീവ്രത മുതലായവ ഗ്രഹിപ്പിക്കുന്നു. ഇത് കുഞ്ഞിനെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം വെറുമൊരു നേരം പോക്കോ, തമാശയ്ക്കുവേണ്ടി പാട്ടുകേൾക്കലൊ ഒന്നുമല്ല. അതിജീവന (Survival) ത്തിനുള്ള മഹാമന്ത്രമാണ്. ഞാൻ സുരക്ഷിതമായ കൈകളിലാണ്, ഞാൻ വളർത്തപ്പെടും, ഉപേക്ഷിയ്ക്കപ്പെടുകയില്ല, എന്നെ സ്നേഹിക്കുന്ന, സംരക്ഷിക്കുന്ന ഒരു ശക്തി എന്റെ കൂടെയുണ്ട് എന്ന ബോധമാണ് ശബ്ദതരംഗങ്ങളായി അവന് അമ്മയിൽനിന്ന് കിട്ടുന്നത്. 4 മാസം വരെ കുഞ്ഞ് അച്ഛന്റ ശബ്ദത്തെ ശ്രദ്ധിക്കാതിരിക്കയും അവഗണിക്കയും ചെയ്യുന്നത്

അച്ഛനോടുള്ള സ്നേഹക്കുറവുകൊണ്ടല്ല അതിൽ അമ്മ നൽകുന്ന സുരക്ഷിതത്വം ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ടാണ്. അമ്മ ദൈവങ്ങളെ ആരാധിയ്ക്കുന്ന എല്ലാ പൌരാണിക സംസ്ക്കാരങ്ങളിലും ഈ സ്വാഭാവിക പ്രേമവും ശക്തിയും ഉണ്ട് എന്ന് നരവംശ ശാസ്ത്രജ്ഞർ ഈയിടെ മാത്രമാണ് കണ്ടെത്താൻ തുടങ്ങിയിട്ടുള്ളത്. പിതാവേ (അച്ഛാ) എന്നു വിളിക്കുന്ന മതങ്ങൾക്കു കൊടുക്കാനാവാത്ത സുരക്ഷിതത്വം അമ്മേ എന്നു വിളിയ്ക്കുന്നവയ്ക്ക് കൊടുക്കാനാവുന്നത് മനുഷ്യന്റെ സ്വാഭാവിക വികാസത്തിൽ ആദ്യത്തെ നാദവും ആദ്യത്തെ ഗുരുവും ആദ്യത്തെ ഈശ്വരനും അമ്മയായതുകൊണ്ടാണ്. ഇന്ത്യയിലെ ശബ്ദ ശാസ്ത്രം ഈ തത്വത്തെ പൂർണ്ണമായി ഉൾക്കൊണ്ടിട്ടുണ്ട്.

താളത്തെ പ്ലാറ്റോ ചലനക്രമ മെന്നു വിളിച്ചു. കാലാന്തരത്തിൽ വീണ്ടും വീണ്ടും തുടർന്നു വരുന്ന ചലനക്രമമുള്ളതാണ് പ്രകൃതി. അതിനാൽ ഇനി എന്തുണ്ടാവും, അതെപ്പോൾ വരുമെന്നു പ്രവചിക്കാൻ സാദ്ധ്യതകൾ മനുഷ്യ മസ്തിഷ്ക്കത്തിന് തുറന്നുകൊടുക്കുന്നതുമാണ്. ഋതുക്കൾക്കും, കാറ്റിനും, വേലിയേറ്റങ്ങൾക്കും, ഗ്രഹണങ്ങൾക്കും, ശുക്ല കൃഷ്ണ പക്ഷങ്ങൾക്കും,രാപ്പകലുകൾക്കും, ഭൂചലനങ്ങൾക്കുമുള്ള കാലത്തിലെ ചലനക്രമമെന്ന താളം ഏറ്റവുമധികം പഠന വിധേയമാക്കിയവരാണ് ഭാരതീയർ. അതിന് ഇവിടത്തെ കാലാവസ്ഥയും ജൈവ വൈവിദ്ധ്യവുമാണ് നമ്മളെ സഹായിച്ചത് (നമ്മുടെ പൂർവികരെ) അതുപോലെ ഒരു താളം ഹൃദയമിടിപ്പിലും, ഭാഷയിലും, ജനനമരണങ്ങളിലും, സംഗീതത്തിലും ഒക്കെ അവർ കണ്ടെത്തി. മനുഷ്യവംശത്തിന്റെ ഈ കണ്ടെത്തലിന്റെ ഒരു പരിഛേദം കുട്ടികളുടെ താളബോധത്തിലുണ്ട്. അമ്മയുടെ ഹൃദയതാളം ഇടത്തുമാറിൽ ചേർന്നുകിടന്നു ഗ്രഹി

ക്കുന്ന കുട്ടി അതിനു മുമ്പേ ആ താളം ഗർഭാശയത്തിൽ ഇരുന്നു കേട്ടത് (ശ്രുതി) ഓർക്കുക (സ്മൃതി) യാണ്. അതുകേട്ട്, കരയാതെ കിടക്കുക മാത്രമല്ല, കുട്ടിയുടെ തൂക്കം കൂടുകയും വളരുകയും കൂടി ചെയ്യുന്നുണ്ട്. 2 മാസമായ കുട്ടി ഉണ്ടാക്കുന്ന ശബ്ദങ്ങൾ ഹൃദയ താളത്തിന്റെ ഘടന അനുകരിച്ചാണ്. വെറുതെ ശബ്ദമുണ്ടാക്കുന്ന (ഇംഗ്ലീഷിൽ babbling baby) ഒരു നവജാതശിശുവിന് 350 മില്ലിസെക്കന്റ് നീണ്ടുനിൽക്കുന്ന സ്വരങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ സാധിയ്ക്കും. 6-ാം മാസത്തിൽ അതൊരു പ്രോട്ടോസംവേദനമായിത്തീരുന്നു. ഒരു ബീറ്റിൽ 900 മില്ലിസെക്കന്റ് അഥവാ ഒരു മിനിറ്റിൽ 70 സ്വരം.

8-9 മാസം തൊട്ട് 12 മാസം വരെ- ഒരു ബീറ്റിൽ 700 മില്ലി സെക്കന്റ് (90/mt)മുതൽ 1/500 മില്ലിസെക്കന്റ് അഥവാ 120/mt വരെ ഉണ്ടാക്കാനുള്ള റേഞ്ച് കുട്ടികൾക്ക് ഉണ്ട്. ഇത് കുഞ്ഞുങ്ങളിലെ ജൈവശാസ്ത്രപരമായ ആന്ദോളനം (Biological oscillation) നടത്തുന്ന നാഡീ ഘടികാരം (neural clock) ചെയ്യുന്ന വിദ്യയാണ്. ഈശ്വര സൃഷ്ടിയുടെ ഈ തനിമ മനുഷ്യ നിർമ്മിതമായ ഒരു യന്ത്രത്തിനും ഒരുപകരണത്തിനുമില്ല. മനുഷ്യശബ്ദം ഉപകരണ സംഗീതത്തേക്കാൾ സാന്ത്വന ശേഷിയുള്ളതാവാൻ കാരണം നാമെല്ലാവരും ഈ തനിമയോടെ പിറന്ന ഈശ്വര സൃഷ്ടികളാണെന്നതാണ്. രാഗ ചികിത്സയിൽ ഞാൻ മനുഷ്യശബ്ദം ഉപയോഗിയ്ക്കുന്നതിന്റെ പിന്നിലെ ശാസ്ത്രവും കലയും ആദ്ധ്യാത്മികതയും ഒക്കെ ഇതുതന്നെയാണ്. മനുഷ്യന്റെ ഇന്ദ്രീയാധിഷ്ഠിതമായ പ്രവർത്തനങ്ങൾക്കും ദർശനങ്ങൾക്കും ആധാരമായ കാലം 3 തൊട്ട് 6 സെക്കന്റ് വരെയാണ്. പോൾ ഫ്രെയിസ്സെ എന്ന കോഗ്നിറ്റീവ് സൈക്കോളജിസ്റ്റിന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ കുട്ടിയുടെ ശ്രദ്ധ മുലകുടിക്കുന്നതോടൊപ്പം മറ്റൊരു കാര്യത്തിൽകൂടി പതിയുന്ന ചക്രത്തിന് 3-6/sec ആണ് കാലാ

വധി. ഇതും, കുഞ്ഞിന്റെ സംസാരിക്കുന്ന ഒരു പദവും പ്രാണചക്രവും കൂടിയുള്ള 2-7/sec എന്ന കാലവും കണക്കിലെടുത്താണ് അദ്ദേഹം ഇത് പറഞ്ഞത്. ഭക്ഷണം, ശ്രദ്ധ, ഭാഷയിലെ ഒരു പദം പുറപ്പെടുവിക്കാൻ വേണ്ട പ്രാണ (വായു) ചക്രകാലം എന്നിവ വെച്ച് ഒരു കുട്ടിയിൽ ഇന്ദ്രിയ ശക്തിയും ദർശനവും രൂപപ്പെടുന്നു. ഭക്ഷണം തരുന്ന വനവും ജൈവ വൈവിദ്ധ്യവും, ഭാഷകളും, പ്രാണായാമവും, സംഗീതവും തമ്മിലുള്ള ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമായ ഗ്രാഹ്യ ശക്തിയും, വനങ്ങളിൽ അന്നമുണ്ടാക്കുന്ന മൺസൂൺകാറ്റും മഴയും, അതുണ്ടാക്കുന്ന കാലചക്രവും എല്ലാ ചേർന്നാണ് ഇന്ത്യയിലെ ശാസ്ത്രങ്ങളും കലയും ഉണ്ടായത് അതിനാൽ ആയുർവ്വേദം, യോഗശാസ്ത്രം, സംഗീതശാസ്ത്രം, ഔഷധവിജ്ഞാനീയം, കാലാവസ്ഥാനിരീക്ഷണം, ജ്യോതിശാസ്ത്രജ്ഞാനം, ഇന്ത്യൻ ഷഡ് ദർശനങ്ങളും, ഗണിതവും-ഇവയെല്ലാം ആദിമ മാനവംശങ്ങളായ നമ്മുടെ പൂർവ്വികരിൽ അവ രൂപീകരിയ്ക്കപ്പെട്ടതിന്റെ നരവംശ ശാസ്ത്രപരവും ചരിത്രപരവുമായ തെളിവുകളാണ്. അവ ഒന്നിനൊന്നു പിരിച്ചുവെയ്ക്കാനാവാത്ത interdisciplinery പഠനങ്ങളാണ്. കുട്ടിയുടെ 3-6/sec എന്ന ചക്രത്തെ ദശാംശത്തിൽ 30-60 എന്നാക്കിയാൽ 60 സംവത്സരമുള്ള ഒരു ഭൂചക്രം ആയി- ഇതിന്റെ ഗണിതാനുപാതം ഇന്ത്യക്കാർ 360 ഡിഗ്രിയുള്ള രാശി ചക്രമണ്ഡലത്തിൽ ഉപയോഗിച്ചു. ശരീരാരോഗ്യത്തിനായി ഋതുചക്രം, പ്രാണചക്രം, രാഗചക്രം എന്നിവയിലും ഉപയോഗിച്ചു.ഇന്ത്യൻ സംഗീത ചികിത്സയുടെ ശാസ്ത്രീയമായ ഈ അടിത്തറ അറിയാൻ മേളകർത്താരാഗചക്രം സഹായിക്കും. ജനിച്ച് ഏതാനും ആഴ്ചകൾ/മാസങ്ങൾക്കകം തന്നെ കാലത്തിന്റെ ഇടവേളകളുടെ ദൈർഘ്യം, അവ തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം എന്നിവ അളക്കുന്ന കുഞ്ഞ് റിഥം അഥവാ താളക്രമം

അപ്പോഴേ ഗ്രഹിയ്ക്കുന്നു. ഇത്, ഋതുപരിണാമം മുതലായദൃശ്യ ങ്ങൾ കണ്ടിട്ടല്ല എന്നോർക്കണം സ്വാഭാവികമായ താളഗ്രഹണമാണ ത്. അതിനു കാരണവും അമ്മയിൽ നിന്ന് സ്വാഭാവികമായി കിട്ടിയ ശബ്ദ/താളജ്ഞാനം തന്നെ! അവരുടെ താളബോധവും അതിലുള്ള ആനന്ദവും അവർ സംഗീതാത്മകമായി നമ്മെ അറിയിക്കുന്നുമുണ്ട്. കേൾക്കാൻ ഒരു മനസ്സും ക്ഷമയും ഒരു പ്രത്യേക ശ്രവണവും ഉള്ള ളവർ അത് തിരിച്ചറിയുന്നുമുണ്ട്. ലോകത്ത് ഏതു രാജ്യത്തുമുള്ള കുട്ടിപ്പാട്ടുകളുടെ റിഥം അതേതു ഭാഷയിലായാലും സമാനമാണ് എന്നു കാണാം. നഴ്സറിപ്പാട്ടുകൾ മുതിർന്നവർ കുട്ടികൾക്കായി ഉണ്ടാക്കിയതല്ലേ. അതെ പക്ഷെ, ആ താളം, റിഥം എല്ലായിടത്തും സമാനമായിരിക്കുന്നതിനർത്ഥം കുട്ടികൾ മുതിർന്നവരിലേക്ക് തങ്ങൾക്കിഷ്ടമുള്ള റിഥം സംവേദനം ചെയ്തു എന്നും അതാണ് യൂണിവേഴ്സൽ താളമെന്നുമാണ് അഥവാ തങ്ങൾക്ക് യോജ്യമായ താളത്തിൽ പാട്ടുപാടി, ആഗോളവ്യാപകമായ ഒരു യൂണിവേഴ്സൽ സംഗീത ഭാഷയുടെ ആവശ്യകത കുട്ടികൾ മുതിർന്നവരെ പഠിപ്പി ക്കുകയാണ് വാസ്തവത്തിൽ ചെയ്യുന്നത്, ഇവയൊക്കെ ശബ്ദങ്ങൾ ആവർത്തിയ്ക്കയും അതോടൊപ്പം മുദ്ര കാട്ടുകയും ചെയ്യുന്ന ആംഗ്യപ്പാട്ടു രീതിയിൽ, കൈകൊട്ടി ഉച്ചരിക്കുന്ന ആദ്യത്തെ വാമൊ ഴിസംഗീതത്തിന്റെ വളർച്ചകാണാം (ഇന്ന് ഇത് കേരളത്തിലെ ഒരു ചെറിയ വിഭാഗം നമ്പൂതിരിമാരേ സംരക്ഷിക്കുന്നുള്ളൂ എന്നും ഈ പ്രാചീന ശാഖക്കാർ വംശനാശം നേരിടുന്ന ന്യൂനപക്ഷമാണെന്നും ആരും ഓർക്കാത്തത് മനുഷ്യന്റെ മാനവികത എത്രത്തോളം സംരക്ഷിക്കപ്പെടുന്നു എന്നതിന് ഒരു തെളിവാണ്) കുട്ടികളുടെ ഭാഷ ശ്രദ്ധിച്ചാൽ അതിൽ സംഗീതവും സാഹിത്യവും താളവും വെവ്വേറെ പിരിയ്ക്കാവതല്ല എന്നു കാണാം. ഇവയെല്ലാം

ചേർന്നാണ് ഒരു കുഞ്ഞ് മാതൃഭാഷ (അമ്മയുടെ ഭാഷ) പഠിക്കുന്ന ത്. ഇതാണ് കുഞ്ഞിനെ പിൽക്കാലത്ത് ജീവിയ്ക്കാൻ സഹായി ക്കുന്നതും. ബാബ്ളിങ്ങ് കാലവും, കിലുക്ക് കിലുക്കുന്ന പ്രയവും, ഏറ്റവും കൂടുതൽ താളക്രിയ പഠിക്കുന്ന കാലവും ഒന്നാണ്. അപ്പോൾ നമ്മൾ തപ്പോ തപ്പോ തപ്പാണി ചഞ്ചാടുണ്ണി ചെരി ഞ്ഞാട്, മുതലായവ കളിക്കുന്നതും അവർ പ്രതികരണത്തോടെ ആനന്ദപൂർവ്വം പഠിച്ച് സ്വീകരിയ്ക്കും. അമ്മയുടെ ശബ്ദം, ഭാഷ,പാട്ട്, താളം, മുദ്ര എന്നിങ്ങന എല്ലാറ്റിനോടും വളരെ ഹാർമ ണി യോടെ സംഗീതാത്മകമായി കുഞ്ഞിന്റെ ശരീരവും മനസ്സും ബുദ്ധിയുമെല്ലാം ചേർന്ന് പ്രതികരിയ്ക്കുന്നു. മാത്രമല്ല തങ്ങളുടെ വികാരങ്ങൾ അമ്മയ്ക്ക് (സ്നേഹം, സന്തോഷം എന്നിവ) പകർന്നു കൊടുത്ത്, ആ ഭാവവും രസവും വീണ്ടും വീണ്ടും സൃഷ്ടിക്കുന്ന പാട്ടുകൾ പാടാൻ അമ്മയുടെ സർഗ്ഗാത്മകതയെ പ്രചോദിപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്നു. ഗായകരും രസികരും തമ്മിലുള്ള മാനസിക ബന്ധം കൂടി അക്കാലത്ത് അമ്മയിലും കുഞ്ഞിലുമുണ്ട്. പരസ്പരം ഒരേ താളവും രാഗവും ഭാവവും വികാരവും പങ്കിട്ട് അമ്മയും കുഞ്ഞും പങ്കിടുന്നതിലെ ആനന്ദം (അതാണല്ലോ സമൂഹ ജീവിതം) അനു ഭവിക്കുന്നു. ജനിച്ച ആദ്യദിവസം മുതൽ കുട്ടിയുടെ ശരീരചലനം അമ്മയുടെ മാതൃഭാഷയോട് ഹാർമണിയിലാണ് ഈ സിംക്രൊ ണൈസേഷൻ അറിഞ്ഞുണ്ടാക്കുന്നതല്ല. സ്വാഭാവികമാണ്. ഇത് ജനിച്ച് 20 മിനിട്ടു പ്രായമായകുട്ടിയിൽ പോലും കാണുന്നതിനാൽ ഗർഭാവസ്ഥയിലേ വികസ്വരമായ ഒരു കഴിവാണ്. ലോകത്തിലെ എല്ലാ ഭാഷകളിലും ഇത് കാണാൻ സാധിച്ചിട്ടുണ്ട്. മറ്റൊരാളുടെ താളം,ഭാഷ,ധ്വനി ഇവയ്ക്കനുസരിച്ച് സ്വന്തം താളവും ധ്വനിയും ഭാഷയും ശരീര ചലനവും ഹാർമൊണിയിലാക്കാൻ മനുഷ്യ ജീവി

യ്ക്കുള്ള അപാരമായ കഴിവ് അമ്മയിൽ നിന്നാണ് കിട്ടിയത്. ഒര ക്ഷരം സംസാരിക്കുന്നതിന് എത്രയോ മുമ്പേ അമ്മയുടെ ശബ്ദം (മനുഷ്യ ശബ്ദം) നമ്മുടെ സർവ്വ നാഡികളലും കോശങ്ങളിലും ആഴത്തിൽ പ്രവേശിച്ച് പതിയുകയും, നമ്മുടെ ശരീരം അതിന്നനു സൃതമായി കോടി കോടി പ്രാവശ്യം ചലിച്ച്, അനേകതവണ മാതൃ ഭാഷയുടേയും മാതൃ സംസ്ക്കാരത്തിന്റെയും താളങ്ങൾ ആവർത്തിച്ചു സൃഷ്ടിയ്ക്കയും പങ്കിടുകയും ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. നാം വൈഖരി പുറപ്പെടുവിയ്ക്കും മുമ്പേ നമ്മുടെ ശരീരവും മനസ്സും ഭാഷ സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട് ആധുനിക ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഈ കണ്ടെത്തൽ ഭാരതീയ ശബ്ദ ശാസ്ത്രത്തിലെ പര, പശ്യന്തി, മദ്ധ്യമ, വൈഖരി ആശയങ്ങളുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുക.

ഞാൻ ചിന്തിക്കുന്നു എന്റെ ബുദ്ധിയുടെ ആ പ്രവർത്തനമാണ് എന്റെ വാക്കായി പുറത്തുവരുന്നത്. ചിന്തയെ മാംസപേശി കളുടെയും വാഗിന്ദ്രിയത്തിന്റേയും ചലനമായി മാറ്റി, ജൈവോർജ്ജത്തെ വീണ്ടും ശബ്ദമാക്കി മാറ്റിയാണ് ഞാൻ ഒരു വാക്ക് ഉച്ചരിയ്ക്കുന്നത്. (പ്രാണനും അഗ്നിയും ചേർന്ന ജൈവോർജ്ജത്തിൽനിന്ന് ഗായകർ നാദം ഉണ്ടാക്കുന്നു എന്ന പ്രാചീനസങ്കല്പം അതിനാൽ സങ്കല്പമല്ല, ശാസ്ത്രസത്യമാണ്) ആ ശബ്ദം മറ്റൊരാളുടെ കർണ്ണ ചർമ്മത്തിൽ തട്ടി അതിനെ അതേ തരംഗദൈർഘ്യത്തിൽ ആന്ദോളനം ചെയ്യിക്കുന്നു. ഈ ആന്ദോ ളനം മസ്തിഷ്ക്ക സരണികളിലൂടെ വീണ്ടും ജൈവോർജ്ജമായി, ഭാവമായി, രസമായി, ചിന്തയായി തീരുന്നു. ശബ്ദം 14 മില്ലിസെ ക്കന്റു മാത്രമേ ഇടത്തെ മസ്തിഷ്ക്കത്തിലെത്തി റജിസ്റ്റർ ചെയ്യാൻ എടുക്കുന്നുള്ളൂ എന്നതാണ് പ്രത്യേകത. കുഞ്ഞും അമ്മയുമായുള്ള ഭാവ/രസ/ആശയക്കൈമാറ്റം ഈ ശബ്ദ തരംഗത്തിലൂടെയാണ്. 6

ആഴ്ച പ്രായമാവുമ്പോൾ മനുഷ്യക്കുട്ടി ശബ്ദം കേട്ടഭാഗത്തു തന്നെ കണ്ണ് പതിപ്പിച്ചുവെച്ച് കണ്ണും ചെവിയും (രൂപവും നാമവും) തമ്മിൽ ഒറ്റ രേഖയിൽ നിർത്താൻ (attune ചെയ്യാൻ) പഠിച്ചു കഴിയും. ആദ്യത്തെ 2 വർഷം കൊണ്ട് അമ്മയുടെ സംസാരശൈലി, പദങ്ങൾക്കിടയിലെ ഇടവേള, മെലഡി, ആരോഹണാവരോഹണം അടക്കം അത് പഠിച്ചു കഴിഞ്ഞിരിയ്ക്കും. അതുപോലെ, കുഞ്ഞിന്റെ ഭാവം, ശ്രുതി, ശബ്ദത്തിലെ ഏറ്റക്കുറച്ചിൽ എന്നിവയുടെ സൂക്ഷ്മത ഗ്രഹിച്ച് അനുകരിയ്ക്കാനും കുഞ്ഞിനെ സന്തോഷിപ്പിക്കാനും സാന്ത്വനിപ്പിക്കാനും തന്റെ ശബ്ദത്തിൽ മാറ്റം വരുത്താനും അമ്മയും പഠിക്കുന്നു. രണ്ട് മുതിർന്നവർ തമ്മിലുള്ള സംഭാഷണം പോലെയോ അതിലധികമോ സംവേദനം അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിലുള്ള ഈ പ്രോട്ടോ സംഭാഷണത്തിൽ നടക്കുന്നുണ്ട്. സാഹിത്യ (lyrics) ത്തിനുമുമ്പ് ഭാഷയിലെ സംഗീത (music) മാണ് നമ്മളെല്ലാവരും ഗർഭത്തിലും നവജാതശിശുവായും പിടിച്ചെടുക്കുന്നത്, പക്ഷെ, അത് വന്നത് അമ്മയുടെ വാമൊഴി എന്ന സാഹിത്യത്തിൽനിന്നും അതിന്റെയും അമ്മയുടെ ശരീരത്തിന്റെയും താളങ്ങളിൽ നിന്നുമാണ്. അതിന് (ഭാഷയില്ലാത്ത സംഗീതത്തിന്) ഭാഷയായി, സാഹിത്യമായി പരിണമിച്ചാലേ പൂർണ്ണതകിട്ടൂ. അതിനാൽ സാഹിത്യത്തോടുകൂടിയ സംഗീതാത്മകമായ ഭാഷ, അഥവാ വായ്പ്പാട്ട് എന്ന സംഗീത ശാഖ മനുഷ്യന്റെ വളർച്ചയ്ക്ക് കൂടിയേ തീരൂ. ഉപകരണ സംഗീതത്തിനു മാത്രമായി അത് സാധിയ്ക്കയില്ല. മദ്ധ്യമമാർഗ്ഗം സ്നേഹത്തിന്റെയും വഴിയാണ്. അതാണ് കുഞ്ഞിന് ഏറ്റവും ആവശ്യം. മാതാപിതാക്കൾ ഈ കാര്യം സദാ ഓർത്തിരിയ്ക്കണം. എല്ലാവരും 6 മാസമായ കുട്ടിയായാലും 60 കഴിഞ്ഞ മുതിർന്ന മനുഷ്യനായാലും രണ്ടുപേർ തമ്മിൽ ഫലപ്രദ

കൂടുതൽ കർശന മായ ശിക്ഷണം	മദ്ധ്യമ മാർഗ്ഗം അമ്മയുടെ പാട്ട്	ഒട്ടും സംഗീത ഭാഷയില്ല
താളത്തിലും രാഗ ത്തിലും കൂടുതൽ ശ്രദ്ധിച്ച് അമ്മമാർ കുഞ്ഞിനെ കർശ നനിയന്ത്രണം ചെയ്യുന്നപക്ഷം അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിൽ സംവേദനം തടസ്സ പ്പെടുകയും, കഠിന ശിക്ഷണം കുട്ടിയെ Vocal arrhythmia, ഇൻഫീരിയോറിറ്റി കോംപ്ലക്സ് എന്നിവയിലേക്ക് നയിയ്ക്കയും ചെയ്യുന്നു.	അമ്മയും കുഞ്ഞും സ്വാഭാവികമായ സ്നേഹത്താൽ ഉണ്ടാക്കുന്ന സ്വഭാ വികമായ താളങ്ങൾ, പാട്ടുകൾ എന്നിവ കുഞ്ഞിന് സൃഷ്ടിപ രതയ്ക്ക് ധാരാളം സ്വാതന്ത്യം, ഒറിജി നാലിറ്റി, പുതുമ ഈ ബന്ധം ഉണ്ടായാൽ കുഞ്ഞ് വളരുമ്പോൾ ഏറ്റവും സുരക്ഷിത ത്വബോധമുള്ള, പക്വതയുള്ള വ്യക്തി യാവും	അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിൽ സംവേദനം തടസ്സ മാകും. അതിനാൽ വൈകാരിക പൂർണ്ണത യിലെത്താൻ തടസ്സംവരും. എന്നാലും Vocal arrhythmia വരില്ല.

മായ ഒരു സംവേദനം നടക്കണമെങ്കിൽ പരസ്പരം സ്നേഹവി ശ്വാസങ്ങളും, ബഹുമാനവും, പരസ്പരം കാലം (timing) അറിഞ്ഞ സംഭാഷണവും കൂടിയേതീരൂ. രണ്ടു സമൂഹങ്ങൾ തമ്മിലും അങ്ങ നെയാണ്. ഈ കാലഗണന, സ്നേഹ വിശ്വാസങ്ങൾ, സമൂഹജീ വിതത്തിന്റെ ആധാരമായ മാനവീയത നാം അമ്മയോടുള്ള (മറ്റു കുടുംബാംഗങ്ങളോട് പിന്നീട്) ആദ്യത്തെ പ്രോട്ടോ സംവേദന ത്തിൽ നിന്നു പഠിക്കുന്നു. ഇന്ത്യയുടെ Tolerance" ഈ പ്രോട്ടോ സംവേദനത്തിന്റെ ഫലമായിരുന്നു എന്ന് ഓർക്കുമ്പോഴാണ് മാനവ ചരിത്രത്തിൽ നമ്മുടെ അമ്മയുടെ ഗുരുസ്ഥാനം നാം തിരിച്ചറി

യുക അതു കൈമോശം വരാതെ സൂക്ഷിക്കേണ്ടത് ലോകത്തിന്റെ മുഴുവൻ ആവശ്യമാണ് എന്നോർക്കുക. അതിൽ നമ്മുടെ സംഗീതത്തിന്റെ പങ്കാണ് എന്റെ രാഗചികിത്സാപദ്ധതിയുടെ മൂല്യം. കാലം, പദ ദൈർഘ്യം, സ്വരദൈർഘ്യം, ശബ്ദത്തിലെ വികാരത്തിന്റെ വീര്യം അഥവാ intensity എന്നിവയുടെ സിംക്രോണൈസേഷൻ കൊണ്ട് മാനവ മനസ്സിനെ ശാന്തമാക്കുന്ന സംഗീതം ഭാരതത്തിൽ ഉണ്ടായത് വെറുമൊരു ആകസ്മികസംഭവമല്ല. ലോകസ്സമസ്ത സുഖിനോ ഭവന്തു എന്ന സത്യസങ്കല്പത്തെ സത്യമാക്കാനുള്ള പ്രായോഗിക പദ്ധതിയായിട്ടാണ്. ഒരു പദത്തിന്റെ സ്ഥിരമായി നിശ്ച യിയ്ക്കപ്പെട്ട അർത്ഥമല്ല, മനുഷ്യശബ്ദത്തിലെ വികാരവീര്യത്തിന്റെ ആകെത്തുകയായ ജൈവോർജ്ജത്തിന്റെ ചലനരേഖ (trajectory) യാണ് ഇതിനു സഹായിക്കുന്നത്, ഒരു സെക്കന്റിന്റെ അർദ്ധം കൊണ്ട് കുട്ടികൾ പോലും അതിലെ ശാന്തി തിരിച്ചറിയുന്നു. അങ്ങനെ ഒരു അർദ്ധനിമിഷമാത്രയിൽ അമ്മയും കുഞ്ഞും പോലെ, സംഗീതജ്ഞനും രസികനും തമ്മിൽ സ്നേഹവും വാത്സല്യവും ഭക്തിയും ശാന്തിയും കൈമാറുന്നു എന്നതാണ് ലോകസമാധാന ത്തിന് ഒരു നല്ല ഗായകന്റെ ഭാരതീയത്തനിമയുള്ള സംഗീതം നൽകുന്ന സംഭാവന. അവിടെ ലോകം കുഞ്ഞും ഗായകൻ അമ്മ (സരസ്വതീദേവി) യുമാണ് (ലോക ഗുരുവായ അമ്മയാണ് പുരുഷ നാണെങ്കിലും നല്ല ഗായകൻ)

(Refer: 1. നാദലയസിന്ധു DC Books. 2008
2. Without a stumble Nalapat books.2003
3. Raagachikilsa- Readworthy Publication 2008
4. Music therapy in administration, management and education Readworthy Publication. 2008.

അ, അമ്മ, ഉമ, ഓം

നിലത്തു നീന്തുന്ന പ്രായത്തിൽ ഒരു കുട്ടി ഇത്തിരി ദൂരെ കാണുന്ന ഒരു കളിപ്പാട്ടം ഏന്തി എടുക്കാൻ സർവ്വശക്തിയും ഉപയോഗിച്ച് ശ്രമിയ്ക്കുന്നു. അവന്റെ ശരീരത്തിലെ മാംസപേശികൾ മുഴുവൻ ആ ഓരൊറ്റ ലക്ഷ്യസാദ്ധ്യത്തിൽ കേന്ദ്രീകരിച്ച് മുറുകിയിരിയ്ക്കുന്നു. ഇത് ശ്രദ്ധിച്ച അമ്മ ആ ശാരീരികാദ്ധ്വാനത്തിന്റെ അതേ മൂഡിൽ അതിനോട് മാച്ച് ചെയ്യുന്ന മട്ടിൽ ഊ.....ഊ...... എന്നൊരു സ്വരമുണ്ടാക്കിക്കൊണ്ട് പതുക്കെ ആ കളിപ്പാട്ടത്തെ കുഞ്ഞിന് കയ്യെത്താവുന്ന സ്ഥലത്തേയ്ക്ക് നീക്കുന്നു.

ഒരു കുഞ്ഞ് ഒരു കിലുക്ക് ഉയർത്തിപ്പിടിച്ച് ഒരു താളത്തിൽ നിലത്തടിയ്ക്കുന്നു അമ്മ അതേ താളത്തിൽ ബാ....ബ്ബം.... എന്ന് പറയുന്നു. ഈ രണ്ടു സന്ദർഭങ്ങളിലും കുഞ്ഞും അമ്മയും തമ്മിലുള്ള വികാരപ്രകടനം സംഗീതതാളാത്മകമാണ്. അതുപോലെ, ഒളിച്ചൂ... കണ്ടൂ.... എന്നോ തപ്പോ തപ്പോ എന്നോ കളിയ്ക്കുമ്പോഴും അവർ സ്വഭാവികമായി സംഗീതാത്മകമായ രീതിയിൽ സംവദിച്ച്, ആനന്ദിച്ച്, പരസ്പരം അറിഞ്ഞ്, പരസ്പരം വളർത്തുകയാണ് ശരീരത്തിന്റെ അനുഭവങ്ങൾക്ക് ശാബ്ദികമായ ഒരർത്ഥതലം കൊടുത്ത് ഞാൻ എന്ന ഒന്നിനെ നമ്മൾ എന്ന് പരസ്പരം പങ്കിടുന്ന ഒരനുഭവമാക്കി പക്വത നേടുകയാണ്. കുഞ്ഞിന് ..എന്നെ എത്ര മാത്രം എന്റെ അമ്മ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു, അറിയുന്നു, എന്ന വൈകാരിക സുരക്ഷാബോധം. അമ്മയ്ക്ക് സ്നേഹമെന്നാൽ സ്നേഹം എടുക്കൽ മാത്രമല്ല, കൊടുക്കലും വളർത്തലുമാണെന്ന പക്വത രണ്ടും ഇത്തരം ബന്ധത്തിലൂടെ വളരുന്നുണ്ട്. ഒരു ഇറ്റാലിയൻ സൈക്കോ അനലിസ്റ്റ് സൌത്ത് ആഫ്രിക്കയിലെ ബംബാത്ത എന്ന കൊച്ചു പെൺകുട്ടിയും അവളുടെ അമ്മയും കൂടിയുള്ള ഒരനുഭവം താൻ

കണ്ടത് വിവരിച്ചിട്ടുണ്ട്. ആഫ്രിക്കയിലെ ഒരു സാധാരണ പക്ഷി യുടെ ശബ്ദം അനുകരിച്ചാണ് അമ്മ അവളെ ഉറക്കുന്നത്. ഇട യ്ക്കിടെ താളത്തിലാട്ടിക്കൊണ്ട് ഒരു പ്രത്യേക ടോണിൽ അമ്മ ശബ്ദ മുണ്ടാക്കും. കുഞ്ഞ് അതിൽലയിച്ച് അതേ താളത്തിൽ തന്റേതായ ശബ്ദമുണ്ടാക്കും. പടിഞ്ഞാറൻ രാജ്യത്ത് കുട്ടികളെ നേരത്തേ അമ്മ യിൽ നിന്ന് മാറ്റുന്നതിനാൽ ഇത്തരം ഹൃദയസംവാദം കുറവാണെന്ന് അദ്ദേഹം നിരീക്ഷിക്കുന്നു. ഫ്രഞ്ച്, അമേരിക്കൻ അമ്മമാരേക്കാൾ ഇന്ത്യൻ അമ്മമാർക്ക് കുഞ്ഞുങ്ങളുമായി സംവ ദിയ്ക്കാൻ തനതായഭാഷകളും ശബ്ദങ്ങളുമുണ്ടെന്നും, അമേരിക്ക യിലേക്കു കുടിയേറിപ്പാർത്ത ഇന്ത്യൻ അമ്മമാർക്ക് ഇത് ഇന്ത്യയിലെ അമ്മമാരേക്കാൾ കുറവും, ഫ്രഞ്ച്/അമേരിക്കൻ അമ്മമാരേക്കാൾ കൂടുതലുമാണെന്നും കാണാം. ഇങ്ങനെ കുടിയേറിപ്പാർത്ത അമ്മ മാരിൽ സ്വസംസ്ക്കാരത്തിന്റെ തനതായ ചില സാമൂഹ്യ ബന്ധ ങ്ങൾ, മാതൃബന്ധങ്ങൾ നഷ്ടപ്പെട്ടതായും അവരിൽ കുഞ്ഞു ങ്ങളോട് സമരസപ്പെടുന്ന താളം നഷ്ടപ്പെട്ടതിനാൽ കുഞ്ഞുമായി വൈകാരികബന്ധം പോയതിനുപുറമെ, വിഷാദ രോഗവും ഏറു ന്നതായും റിപ്പോർട്ട് ചെയ്യപ്പെടുന്നു. (pp.77.Anne Karpf) ഇത്തരം അമ്മമാർ കുട്ടികളോട് വികാരരഹിതമായി ഫ്ളാറ്റ് ശബ്ദത്തിൽ, വളരെ കുറച്ചു മാത്രം, അതും ചെറിയ വാക്കുകളിൽ നീണ്ട ഇടവേ ളവിട്ട് സംസാരിക്കുന്നു. ഗർഭാശയത്തിലിരിക്കുമ്പോഴും ജനിച്ച ശേഷവും ഇത് കുഞ്ഞുങ്ങളെ നെഗറ്റീവ് ആയി ബാധിക്കുന്നു. ദുർബ്ബലമായി ശ്രുതി താഴ്ത്തി വികാര ശൂന്യമായി സംസാരിക്കു ന്നത് ഗർഭസ്ഥശിശുവിനെ depress ചെയ്യുന്നു. ചിലപ്പോൾ വിഷാദ രോഗിണികൾ തന്റെ കുഞ്ഞിനെ വിഷാദരോഗം ബാധിക്കുമോ എന്ന ഭയത്താൽ, കൃത്രിമമായി തന്റെ ശബ്ദത്തെ overmodulate

ചെയ്ത് സംസാരിയ്ക്കും. ഈ കൃത്രിമസംഭാഷണം ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിനെ കൺഫ്യൂസ് ചെയ്യും. ജനന ശേഷവും മാതാപിതാക്കളുടെയും കുടുംബാംഗങ്ങളുടെയും ശബ്ദങ്ങളുടെ ഏറ്റത്താഴ്ചകൾ കുഞ്ഞിനെ വളർത്തുകയൊ തളർത്തുകയൊ ചെയ്യുന്നു. അവയെല്ലാം കുഞ്ഞിന്റെ സ്മൃതിയിൽ ശേഖരിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. പിൽക്കാലത്ത് കുഞ്ഞിന്റെ വ്യക്തിത്വത്തെ രൂപീകരിക്കുന്നുണ്ട് സംസാരിക്കാൻ തുടങ്ങും മുമ്പേ മനുഷ്യക്കുട്ടി കുടുംബന്ധങ്ങളിൽ വ്യക്തികളുടെ പരസ്പരമുള്ള പെരുമാറ്റം, വ്യക്തികളുടെ സ്വഭാവം, തനിയ്ക്ക് ഈ സമൂഹത്തിൽ അവർ കല്പിച്ചു തന്ന മൂല്യം, അവർക്ക് തന്നോടുള്ള സ്നേഹം ഇതൊക്കെ അറിയുന്നുണ്ട്. കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് പാട്ടും കവിതയും പാടിക്കൊടുക്കുക, കഥ പറഞ്ഞോ വായിപ്പിച്ചോ കൊടുക്കുക ഇതൊക്കെ കുടുംബാംഗങ്ങളും കുട്ടികളുമായി മാനസികമായ അടുപ്പം കൂട്ടും. മുതിർന്നവരുടെ ശബ്ദമാണ് കുട്ടികളുടെ ഏറ്റവും നല്ല പുസ്തകം. സംസാരിക്കുകയും പാടുകയും ചെയ്യുന്ന മുതിർന്ന വ്യക്തി, കേൾക്കുകയും അനുകരിക്കുകയും പ്രതികരിക്കുകയും ചെയ്യുന്ന കുഞ്ഞ്, അവർ പരസ്പരം പങ്കിടുന്ന, ആനന്ദിക്കുന്ന മുഹൂർത്തങ്ങൾ- ഇവയാണ് നമ്മുടെ ഏറ്റവും നല്ല സുഹൃത്തും ഗുരുവും ഗ്രന്ഥവുമെല്ലാം. കുട്ടികൾ അമ്മയുടെ ഭാഷ- അമ്മ അമ്മമ്മയുടെ... അങ്ങനെ പിന്നിലേക്ക് നീട്ടിയാൽ ആരുടെ ഭാഷയാണ് നാമിപ്പോൾ സംസാരിക്കുന്നത്. ആരുടെ വാമൊഴിയാണ് നമ്മുടെ ശ്രുതി അഥവാ വേദം? മൃദുലമായ വാക്കിനുള്ള പോഷകശക്തിയുടെ വിപരീതഫലം അട്ടഹാസത്തിനുണ്ട്. ചെടികൾ മൃദുല സംഗീതം കേട്ടാൽ വളരും. അട്ടഹാസം കേട്ടാൽ ഉണങ്ങും. സൌത്ത്പസിഫിക്കിലെ ഒരു ഗ്രാമത്തിൽ ഒരു വലിയമരം മുറിയ്ക്കാൻ അവർ മഴു ഉപയോഗിക്കില്ല.

തുടർച്ചയായി 30 ദിവസം ഗ്രാമവാസികൾ അതിനടുത്തുവന്നു നിന്ന് അട്ടഹസിച്ച് ശകാരിയ്ക്കും 30 ദിവസം കൊണ്ട് മരം ഉണങ്ങി വീഴും. അട്ടഹസിച്ച് ദേഷ്യപ്പെട്ടാൽ ജൈവ വസ്തുക്കൾക്ക് ജീവിക്കാനുള്ള ആശ നശിയ്ക്കുമെന്ന് ആ ഗ്രാമവാസികൾക്കറിയാം. അതിനാൽ കുട്ടികളോട് സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങളോടെമൃദുവായി, താളത്തിൽ കൊഞ്ചി സംസാരിയ്ക്കണം വികാരരഹിതമായ (monotonous, metallic vioce) കുട്ടികളിൽ അശാന്തി ഉണ്ടാക്കി, ആത്മബോധം നശിപ്പിക്കുന്നു. ദേഷ്യപ്പെട്ട ശബ്ദങ്ങൾ കുട്ടികളെ irritable ആക്കുന്നു, അവർ വാശിക്കാരും ശുണ്ഠിക്കാരുമാവുന്നത് അവർക്ക് സുരക്ഷിതത്വബോധം ഇല്ലാഞ്ഞിട്ടാണ്. ഞാൻ സ്നേഹിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന ബോധമില്ലാഞ്ഞിട്ടാണ് സുരക്ഷിതത്വബോധം പോകുന്നത്. അമ്മയുടെ വത്സല ശബ്ദം മകന്റെ സുരക്ഷിതത്വവും സ്വഭാവരൂപീകരണവും സാധിക്കുന്നു. ഹിച്ച് കോക്കിന്റെ സൈക്കോയിൽ അമ്മയുടെ ശബ്ദം മകന്റെ തനിമ നശിപ്പിക്കുന്നതാണ് കാണിയ്ക്കുന്നത്. ഇത്തരമൊരു വിപരീതസമീപനത്തെ ഹിച്ച് കോക്കിന്റെ സാങ്കല്പിക സൃഷ്ടിയായല്ലാതെ യഥാർത്ഥമായെടുക്കാവതല്ല. ആൻ കാർപ്ഫ് ഇതിനെ വിമർശിച്ചിട്ടുണ്ട്.

അമ്മയുടെ ഭാഷയിൽ വാത്സല്യത്തിന്റെ മെലഡിയാണുള്ളത്. കുഞ്ഞുങ്ങളോട് സംസാരിക്കുമ്പോൾ നമ്മുടെ ടോണും ശബ്ദവും സ്വാഭാവികമായിത്തന്നെ മാറും. ഈ അമ്മഭാഷയെ രാഗചികിത്സയിൽ IDS(Infant directed speech) അഥവാ മദറീസ് എന്നാണ് പറയുക. മദറീസിലേക്ക് നമ്മൾ അറിയാതെ സഞ്ചരിക്കുന്നത്(ഒരു കുട്ടിയുടെ സാന്നിദ്ധ്യത്തിൽ) എത്ര എളുപ്പത്തിൽ, വേഗത്തിൽ സ്വാഭാവികമായിട്ടാണ് എന്നാലോചിക്കുക. വളർച്ചയെത്തിയ ഒരാൾക്ക് ശൈശവത്തിലേക്ക് മടങ്ങാൻ അത്ര എളുപ്പമാണ്. അങ്ങനെയല്ലാതെ, ഭാഷ പഠിച്ചിട്ടില്ലാത്ത ഒരു കുഞ്ഞിനോട് സംവദിക്കാവില്ല എന്നുള്ളതുകൊണ്ടും, കുഞ്ഞിനെ നാം സ്നേഹിക്കുന്നതു

കൊണ്ടുമാണത്. മദറീസ് കുട്ടികൾക്കു സുരക്ഷിതത്വവും വളർച്ചയും നൽകുന്നതോടൊപ്പം ഭാഷ പഠിക്കാൻ സഹായിക്കയും ചെയ്യുന്നു നമുക്ക് ഭാഷാസംവേദനിയമങ്ങൾ പഠിക്കാൻ ഇത് സഹായകമാവും. 1964 ൽ മദറീസിനെ പഠിച്ച ശാസ്ത്ര ലോകം ഇന്നതിന്റെ പ്രാധാന്യം ലോകമെങ്ങും പരത്തുകയാണ്. 2വയസ്സായ കുട്ടിയോട് നാം ഒരു ഒക്ടേവ് ഉയരത്തിൽ ശ്രുതി ഉയർത്തി, കൂടുതൽ ഇട വേളാവിസ്താരത്തിലുള്ള pitches ഉപയോഗിച്ച് അവസാനം ഉറപ്പിച്ച സ്വരവ്യഞ്ജനങ്ങളോടെ സംസാരിക്കുന്നു. പതുക്കെ നിർത്തി ചെറിയ വാക്യം പദം മുറിച്ചു പറയുന്നു. ഒരു വാക്കിലെ 2 അക്ഷരങ്ങൾ ഓരോന്നും stress ചെയ്തു പറയുന്നു. ഇതൊക്കെത്തന്നെയാണ് നല്ലൊരു സംഗീതജ്ഞൻ സംഗീതത്തിലും ചെയ്യുന്നത്. കുട്ടികളോടുള്ള അമ്മയുടെ ഭാഷ സംഗീതഭാഷയാണ്. മൂന്നുവയസ്സായ കുട്ടി ഒരു വയസ്സായ മറ്റൊരു കുട്ടിയോടും, 2½ വയസ്സായ ഒരു കുട്ടി തന്റെ പാവയോടും മദറീസ് സംസാരിയ്ക്കുന്നത് കേൾക്കുക. നല്ലൊരനുഭവമായിരിക്കും ആ രാഗഭാഷ. കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് ഈ സംഗീതക്കിളികൊഞ്ചൽ ഭാഷയാണ് മുതിർന്നവരുടെ സംഗീതരഹിതമായ ഭാഷയേക്കാൾ ഇഷ്ടവും ഗുണകരവും ഇതിനെന്താണ് കാരണം?

1. ആ സംഗീതഭാഷയിൽ എന്നും പുതുമയുണ്ട്. അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിലെ അതിമന്ദ്രം മുതൽ അതിതാരം വരെയുള്ള ശ്രുതി വ്യതിയാനങ്ങളിലെ റേഞ്ചാണ് ഈ പുതുമ (ഇത് അമ്മയുടെ ഭാഷയിലും റേഞ്ചുള്ള ഒരു സംഗീതജ്ഞന്റെ സംഗീതത്തിലും ഉണ്ട്)
2. അമ്മയുടെ ഭാഷ കുഞ്ഞിന്റെ ശ്രദ്ധയെ സംവേദനത്തിലേക്ക് പിടിച്ചു നിർത്തുന്നു. (മറ്റുള്ള ബാക്ക്ഗ്രൌണ്ട് ശബ്ദങ്ങളൊന്നും

ശ്രദ്ധിക്കാതെ അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിൽ മാത്രം ശ്രദ്ധ കേന്ദ്രീകരിക്കുന്ന ചിത്തവൃത്തിനിരോധം പഠിപ്പിക്കുന്നു) ഒരു വാക്യത്തന്റെ ഒടുക്കം ശ്രുതി ഒന്നുകൂട്ടിയാണ് അമ്മ നിർത്തുക അതിന്നർത്ഥം, ഞാൻ പറഞ്ഞുതീർന്നു, ഇനി നീ എന്ന് കുട്ടിയോട് സംവദിക്കാനാണ് സംഭാഷണത്തിൽ ഒരാൾ പറയുക, ചോദിക്കുക,പിന്നീട് അടുത്ത ആൾ എന്ന turn talking(സമൂഹബോധം) കുട്ടിയെ പഠിപ്പിക്കുന്നു. ഇതൊന്നും വേണമെന്നു വെച്ച്, അറിഞ്ഞുകൊണ്ടല്ല അമ്മ ചെയ്യുന്നത്.

3. കുഞ്ഞിന്റെ ഭാഷയും കൊഞ്ചലും അമ്മ അനുകരിയ്ക്കയും അതിനെ കുഞ്ഞ് ഗ്രഹിയ്ക്കയുമാണ് ചെയ്യുന്നത് അല്ലാതെ, കുഞ്ഞ് അമ്മയെ അനുകരിയ്ക്കയല്ല അതിനാൽ കുഞ്ഞിന് ഇഷ്ടവും എളുപ്പവുമാണ്
4. കുഞ്ഞിന്റെ വായിൽനിന്ന് ഉണ്ടാവുന്ന ശബ്ദങ്ങളെ കടമെടുത്ത് അമ്മ (മുതിർന്നവർ)കുഞ്ഞിനോടു സംവദിക്കുമ്പോൾ താൻ അംഗീകരിക്കപ്പെടുന്നു എന്ന ബോധവും സംസാരിക്കാനും പാടാനും എല്ലാം ആത്മവിശ്വാസവും കുട്ടിയ്ക്ക് ഉണ്ടാവുന്നു.
5. കുഞ്ഞിന്റെ ആദ്യത്തെ അമരകോശം അമ്മയുടെ മദറീസ് (IDS) ആണ് (ഇന്ത്യക്കാർ മാതൃഭാഷ എന്നാണ് മദറീസ് എന്നല്ല ഇതിനുപറയുക)

ഭാഷയിലെ ആരോഹണാവരോഹണങ്ങളെ കുഞ്ഞ് മദറീസിൽ നിന്ന് ഗ്രഹിക്കുന്നു. ..അമ്മ എവിടെ.. അല്ലെങ്കിൽ ..ക്ലോക്കെവിടെ.. എന്ന് അവസാനത്തെ ഏ..... നീട്ടി ഉയർത്തി ചോദിച്ചാൽ ഒമ്പതു മാസം മുതൽകുട്ടികൾ അമ്മയേയോ ക്ലോക്കിനേയോ ഒക്കെ നോക്കും. ചിലപ്പോൾ പൂച്ച എവിടേ.. ന്നു ചോദിച്ചാലും ക്ലോക്കിനെ നോക്കി എന്നുവരും. കാരണം വസ്തുക്കളെയല്ല, അമ്മയുടെ ടോൺ,

കൈമുദ്ര എന്നിവയെയാണ് അവർ ഗ്രഹിച്ചിട്ടുള്ളത്. ആ ടോൺ തന്നോടുള്ള ചോദ്യമാണെന്നും താൻ അതിന് ഉത്തരം പറയണമെന്നും ആ കൊച്ചു മസ്തിഷ്ക്കം ഗ്രഹിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഉത്തരം ശരിയാണോ തെറ്റാണോ എന്നതല്ല, ആ ചോദ്യം കുട്ടി ഗ്രഹിച്ചു എന്നതാണ് പ്രധാനം. ചില കുട്ടികൾക്ക് പ്രതികരണം പതുക്കെയാവും അതിന്നർത്ഥം കുട്ടി പതുക്കെ ഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നേയുള്ളു. കുട്ടിയ്ക്ക് ബുദ്ധിയില്ല എന്നല്ല അവർ കേട്ടത് (ശ്രുതി) പ്രോസസ്സ് ചെയ്തെടുക്കുന്നതിൽ കുട്ടികളുടെ തലച്ചോറിന് അവരുടേതായ സമയം വേണം ഓരോ കുട്ടിയിലും ഇതിൽ വ്യത്യാസമുണ്ടാവും ആ.....ഈ.... ഊ... മുതലായ സ്വരങ്ങൾ നീട്ടിയാണ് ഇന്ത്യയിലെ എല്ലാ ഭാഷകളിലും, അമേരിക്കൻ, സ്വീഡിഷ് റഷ്യൻ ഭാഷകളിലും അമ്മമാർ കുഞ്ഞുങ്ങളോട് സംസാരിക്കുക ഈ അമ്മഭാഷ (സ്വരം നീട്ടുന്ന ഭാഷ) ഇന്ത്യൻ ക്ലാസിക്കൽ സംഗീതം ഉപയോഗിക്കുന്നു. സാമ സംഗീതം അതിൽ നിന്നാണുണ്ടായത്. മറ്റെല്ലാ ലോകഭാഷകളിലും അമ്മമാർ കുട്ടികളോട് അങ്ങനെത്തന്നയാണ് സംസാരിക്കുക. ഈ സ്വരങ്ങളുടെ ഹ്രസ്വ, ദീർഘങ്ങൾക്കിടയിലെ ഇടവേള അവയെ ഓരോന്നിനേയും തനിമയോടെ നിർത്തുന്നു. ഒരു കുഞ്ഞ്

അ	ആ	ഇ	ഈ	ഉ	ഊ	ഓ ഔ
അമാ അമ്മ	ആമാ	ഇമ	ഈമാ	ഉമ ഉമ്മ	ഊമാ	ഓമ
സ+അമ സമ	സാമ		സീമ	സുമ		സോമ സൗമ്യ

വായ തുറക്കുമ്പോൾ അ കാരമാണ് ഉണ്ടാവുന്നത്. 51 അക്ഷരമുള്ള അക്ഷരമാലയിൽ സ്വരങ്ങൾ അംഅ എന്ന് അവസാനിക്കുന്നു. വായ് പൂട്ടിയാൽ അം വീണ്ടും തുറന്നാൽ അ അ+മ്+അ= അമ്മ എന്നത് അതിനാൽ കുഞ്ഞിന് ഏറ്റവും എളുപ്പമുള്ളവാക്കാണ്. ഇത് ഓം എന്ന പ്രണവമാണ്. ഓങ്കാരത്തിൽ അ+ഉ+മ് എന്നിവയാണുള്ളത്.

സാമം, സമം, ആമം, സീമ, സുമ, സോമ, സൌമ്യ എന്നീ വാക്കുകൾ മുതിർന്നവരുടെ സംഗീത,ഗണിത,ആയൂർവ്വേദ, ജ്യോതിഷ, ഔഷധിവനസ്പതി,വൈദിക,വ്യക്തിത്വ വികസന സാഹിത്യങ്ങളിലേതാണ്. സ കാരം കൂട്ടിയ അമ്മയും ഉമ്മയും ഒക്കെയാണവ. അമ്മ, ആമ, ഉമ്മ, ഉമ എന്നിവ കുഞ്ഞിന്റെ വോക്കാബുലറിയിലുള്ളവയാണ്. കുഞ്ഞിന് ഉമ്മ കൊടുക്കുന്ന അമ്മ ആ രണ്ടുപദങ്ങൾ ഉച്ചരിക്കുമ്പോൾ കുഞ്ഞിന് (അ,ഉ,മ) എന്ന പ്രണവമന്ത്രം കൊടുത്തു കഴിഞ്ഞു. ഈ പ്രണവ മന്ത്രമാണ് ഇന്ത്യയുടെ ശബ്ദശാസ്ത്രത്തിന്റെയും സംഗീതത്തിന്റെയും ഒക്കെ ആദിമ ബീജം. ഇതു തന്നെ രാഗചികിത്സയുടെ തുടക്കവും ഒടുക്കവും!

കുഞ്ഞുങ്ങളെ ശാന്തരാക്കാനും ഉറക്കാനും നമ്മുടെ താരാട്ടുതന്നെ വേണം. നമ്മുടെ സ്നേഹസ്പർശം വേണം 3 മാസമാവുമ്പോഴേക്കും തന്നെ അവരുടെ സമൂഹവൈകാരികബോധത്തെ നമ്മുടെ ശബ്ദം രൂപപ്പെടുത്തിക്കഴിയുന്നുണ്ട്. കുഞ്ഞിന് 6 മാസമാവുമ്പോൾ അമ്മയുടെ പിച്ച് (Pitch) അതിന്റെ മാക്സിമമാവും. 9 മാസമാവുമ്പോൾ അത് ക്രമേണ കുറയും അത് കുട്ടിയ്ക്ക് തന്റെ ശബ്ദം മനസ്സിലായിക്കഴിഞ്ഞു എന്ന ഉറപ്പ് വരുമ്പോൾ സ്വാഭാവികമായുണ്ടാവുന്ന മാറ്റമാണ്. 9 മാസമായ കുട്ടി മുതിർന്ന ഒരാളെപ്പോലെത്തന്നെ ശബ്ദങ്ങളെ കേട്ടു മനസ്സിലാക്കാൻ കഴിവുള്ളവനാണ്. ഒരു വയസ്സിൽ അമ്മയുടെ ശബ്ദം കുഞ്ഞിന് ദിശാ ബോധവും വിവരവും

കൊടുക്കുന്ന മട്ടിലാണ് (Informational and directional) അപ്പോഴേക്കും തന്റെ കുട്ടിയ്ക്ക് എന്തുമനസ്സിലാവും, എന്തു മനസ്സിലാവില്ല എന്ന് അമ്മ പഠിച്ചുവെച്ചിരിക്കും. 2-5 വയസ്സിനിടയിൽ അമ്മയുടെ ശ്രുതിയും അതിന്റെ റേഞ്ചും കുറയും. 5 വയസ്സിൽ കുട്ടിയുടെ ശ്രദ്ധ വർദ്ധിക്കുകയും സംവേദനത്തിന്റെ സൂക്ഷ്മ മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഗ്രഹിയ്ക്കാൻ ബുദ്ധി പാകപ്പെടുകയും ചെയ്യും. അപ്പോൾ ആ സൂക്ഷ്മ മാർഗ്ഗങ്ങൾ(വരമൊഴി) പഠിപ്പിക്കാൻ യോഗ്യനായ ഗുരുവിന്റെ അടുക്കൽ (പള്ളിക്കൂടം) അഛനമ്മമാർ കുട്ടികളെ അയയ്ക്കുന്നു. ഇതായിരുന്നു ഭാരതത്തിൽ 60 വർഷം മുമ്പുവരെയും രീതി. ഇതെത്ര ശാസ്ത്രീയമാണെന്ന് പറയേണ്ടതില്ലല്ലോ.

വാസനകൾ നമ്മിൽ വളരെ ശക്തമാണ്. ഭാഷ പഠിയ്ക്കാനും പഠിപ്പിയ്ക്കാനുമുള്ള കഴിവ് മനുഷ്യശിശുവിലും അമ്മയിലും സഹജവാസനയാണ്. (നോം ചോംസ്‌ക്കി) അമ്മ കുഞ്ഞിന് ഈ സ്വാഭാവികവാസനയാൽ തന്റെ വാമൊഴി സംഗീതത്തിലൂടെ ആദ്യം പകർന്നുകൊടുക്കുന്ന ശ്രുതിയ്ക്ക് ആർക്കയോളജിക്കൽ തെളിവ്, അല്ലെങ്കിൽ കരിങ്കല്ലിലോ മറ്റൊ കൊത്തിവെച്ച Written Evidence വേണമെന്നു ശഠിക്കുന്നത് ശരിയല്ല ശ്രുതി എപ്പോഴും അപൌരുഷേയ മായ പ്രണവവും, വേദവാക്കും, പുരുഷനല്ലാത്ത അമ്മയുടെ വാമൊഴിയുമാണ്. അതാണ് ഒരു പുരുഷനെ പുരുഷനാക്കുന്ന സ്മൃതിയായി മസ്തിഷ്ക്കത്തെ എന്നും സംരക്ഷിക്കുന്നത്, ആ സാരസ്വതത്തിന്റെ ലക്ഷണം തികഞ്ഞുകാണുന്നത് രാഗ സംഗീതത്തിലാണ്. അപൌരുഷേയ മായ ശ്രുതി കൂടാതെ ഒരാളും ഇന്നും അന്നും എന്നും ജീവിച്ചിരിക്കുന്നില്ല. അമ്മ പകർന്നുതരുന്ന സാരസ്വതം, മറ്റുപക്ഷി മൃഗാദികൾ അവയുടെ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു കൊടുക്കുന്ന ശബ്ദാഭ്യാസം പോലെ ഏറ്റവും സ്വാഭാവികവും സ്നേഹ

വാത്സല്യ സമൃദ്ധവുമാവണം, കൃത്രിമമാവരുത്. ലോകമെന്ന മത്സ രക്കളരിയിൽ ഒന്നാം സമ്മാനം നേടണമെന്ന് വാശിയോടെ, (യൂത്ത് ഫെസ്റ്റ്വെലിന് കുട്ടിയെ അയയ്ക്കുന്നപോലെ) ഉണ്ടാക്കിയ കറി ക്കുലവും സിലബസ്സുമൊന്നുമല്ല അത്. ഒരു പക്ഷിയും മൃഗവും മനുഷ്യനും തന്റെ കുഞ്ഞ് പ്രകൃതിയോടും സമൂഹത്തോടും ഇണങ്ങി പരസ്പരം സംവദിച്ച് പങ്കുവെച്ച് ജീവിയ്ക്കാനായി, പ്രകൃ തിതന്നെ കൊടുത്ത ആന്തരവാസനാ ബീജമാണ്. അതുകൊണ്ട് കുട്ടികൾക്ക് സങ്കീർണ്ണമായ രാഗങ്ങളൊന്നും കൊടുക്കേണ്ടതില്ല. വാത്സല്യപൂർവ്വം സ്നേഹപൂർവ്വം താളത്തിൽ താരാട്ടുപാടി യാൽത്തന്നെ മതി. അതിൽനിന്ന് അവരുടെ വാസന നമുക്ക് മന സ്സിലാക്കാം. സംഗീതത്തിൽ താല്പര്യമുണ്ടെങ്കിൽ അഞ്ചുവയസ്സു മുതൽ സംഗീതം പഠിപ്പിക്കാം.

കുഞ്ഞിന്റേയും അമ്മയുടേയും സംവേദനത്തിന്റെ ശ്രുതിശൈലിയ്ക്ക് സംഗീതത്തോടും സംഗീതം ചേർന്ന കവിതാശൈലിയോടുമാണ് സമാനത. മാനവചരിത്രത്തിൽ പരിണാമത്തിന്റെ പടികൾ കയറി യതിന്റെ (ഋീഹൗശേീ) ജീവിച്ചിരിയ്ക്കുന്ന ഫോസിലുകളെന്ന് ലോക ത്തിലെ ഏല്ലാഭാഷയിലേയും അമ്മമാരുടേയും കുട്ടികളുടേയും ആദ്യത്തെ കൊഞ്ചലുകളെ കരുതണം ജോലിചെയ്യുമ്പോൾ (കാട്ടു കനി പറിക്കുമ്പോഴും കളപറിക്കുമ്പോഴും കൃഷിപണിയോ ഗൃഹ ജോലിയോ ചെയ്യുമ്പാഴും) അമ്മ അടുത്തുണ്ട് എന്ന് കുഞ്ഞിനെ ശബ്ദം കൊണ്ടറിയിയ്ക്കാൻ ഇന്ത്യയിലെ അമ്മമാർ പാട്ടുപാടും അവർക്കും കുഞ്ഞിനും ആ പാട്ട് സന്തോഷം കൊടുക്കുക്കും അമ്മ യുടെ മടിയിൽ ചേർന്നിരിക്കുന്ന സ്പർശസുഖം കിട്ടാൻ സാരികൊണ്ട് തുണിത്തൊട്ടി കെട്ടി അതിൽ കുഞ്ഞിനെ കിടത്തിയണ് അമ്മയുടെ പാട്ട് .ചിലപ്പോൾ പുറത്തും ഒക്കത്തു

മൊക്കെ ഭാണ്ഡത്തിനകത്ത് കുഞ്ഞ് സുഖമായിരിയ്ക്കും. ജനിതകങ്ങളാൽ നിർണ്ണയിക്കപ്പെട്ടതും, വിദൂരമായ ഭൂതകാലത്ത് പരിണാമ ചക്രത്തിൽ അനുഭവങ്ങൾ വാസനാബീജമായി പരിണമിച്ചതും, ആ പരിണാമചരിത്രത്തിലെ മെലഡികളും, കാവ്യാത്മകതയും ഇന്നും ഉൾക്കൊള്ളുന്നതും, വരമൊഴി എന്ന സ്മൃതിരേഖകൾ (പൌരുഷേയം) ഉണ്ടാവും മുമ്പ് ഉണ്ടായ വാമൊഴി എന്ന ശ്രുതിയുടെ (അപൌരുഷേയം) ആദ്യ സാരസ്വതവുമായ അമ്മയുടെ ജ്ഞാനപ്പാലാണ് നാമിപ്പോൾ ചർച്ച ചെയ്ത അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിലുള്ള സംഗീതഭാഷ. അമ്മയുടെ വികാരം കുഞ്ഞിനും, കുഞ്ഞിന്റെ വികാരം അമ്മയ്ക്കും പകരുന്ന ഒരു പ്രൈവറ്റ് ഭാഷയാണത്, ഏറ്റവും ആന്തരമായ ഒരു വികാര സംവേദനം ഇതുപോലൊരു സംവേദനം രണ്ടു കാമുകീകാമുകന്മാർ തമ്മിലും, ഈശ്വരനും മനുഷ്യനും (ഭക്തൻ) തമ്മിലും നാം കാണുന്നു.

1. അമ്മ, കുഞ്ഞ്
2. കാമുകി, കാമുകൻ
3. ഭഗവാൻ, ഭക്തൻ

ഈ മൂന്നു ഭാഷകൾ വികാര സംവേദനം, ആന്തരമായ പ്രൈവറ്റ് ഭാഷ, സംഗീത കാവ്യാത്മകത്വം എന്നിവയിൽ സമാനമാണ്, ഒരു നല്ല ഗായകനും ഗായികയും ഈ വികാരസംവേദനങ്ങൾ ചെയ്യുമ്പോഴാണ് രസികർ അവരെ സ്നേഹിക്കുന്നത്, ആദരിക്കുന്നത്. വാത്സല്യം, പ്രേമം, ഭക്തി എന്നിവ ഉള്ള സംഗീതം ഏതു മനുഷ്യനേയും (കുട്ടി മുതൽ വൃദ്ധൻവരെ) ആനന്ദിപ്പിക്കുന്നു, വളർത്തുന്നു.

കുഞ്ഞും അമ്മയും തമ്മിലുള്ള ഭാഷയിൽ പൂർണ്ണ സ്വാതന്ത്ര്യമാണ്. ഒരു നിരോധനവും നിയന്ത്രണവുമില്ല. ഏറ്റവുമധികം വികാര

പ്രകടനത്തിന് സാദ്ധ്യതയുള്ള ഒന്നാണത്. ഈ വാത്സല്യഭാഷയും ചുംബനവും സ്പർശവും കുഞ്ഞിനും അമ്മയ്ക്കും ആനന്ദവും പക്വതയും കൊടുക്കുന്നു. ഇത്തരം ഒരു ആനന്ദം ഉണ്ടാക്കുന്ന മെലഡിയാണ് താരാട്ടു രൂപത്തിൽ നാം കുഞ്ഞിനു കൊടുക്കേണ്ടത്. (അല്ലാതെ കക്ഷിരാഷ്ട്രീയക്കാരുടെ കൃത്രിമമായ പ്രചരണ ഭാഷയല്ല) അതിൽ ഒരു വാത്സല്യം വേണം, വികാരം വേണം, ശ്രുതിയുടെയും താളത്തിന്റെയും സ്തോഭത്തിന്റേയും സ്വരത്തിന്റെ നീട്ടിക്കുറുക്കലിന്റേയും എല്ലാം രീതി കുഞ്ഞിന്റെ ഭാഷയിലാവണം. അല്ലാതെ മുതിർന്നവർ തങ്ങൾക്കിഷ്ടമുള്ള സങ്കീർണ്ണരാഗമൊന്നും അടിച്ചേൽപ്പിക്കരുത്. കുട്ടികൾ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നത്, ക്രമത്തിൽ

1. മദറീസ് (കൊഞ്ചലും സംഗീതവും കലർന്ന സ്വാഭാവികഭാഷ) ഏറ്റവും ഇഷ്ടം.
2. മുതിർന്നവരുടെ ആനന്ദകരമായ മൃദുലസംഭാഷണം
3. വികാരരഹിതമായി കുട്ടികളുടെ ഭാഷയിൽ അവരോട് സംസാരിക്കുന്നത് അവർക്ക് ഏറ്റവും കുറവ് ഇഷ്ടമാണ്.

ഈ സൈക്കോളജി അറിഞ്ഞ് മദറീസും, മൃദുഭാഷണവും, നല്ലഗായകരുടെ ഇതുരണ്ടും ചേർന്ന താരാട്ടു പാട്ടുകളും മെലഡികളും ഒക്കെ (ഗർഭിണികളും കേൾക്കണം) നവജാത ശിശുക്കൾക്ക് കൊടുക്കണം . അതല്ലാതെ, ഇന്ന രാഗം എന്നു പറഞ്ഞ് വികാരരഹിതമായി പാടുന്ന ആരുടെയെങ്കിലും സ്നേഹരഹിതമായ പണ്ഡിതശബ്ദ സംഗീതം കൊടുത്താൽ അല്ലെങ്കിൽ ഉപകരണ സംഗീതം കൊടുത്താൽ രാഗ ചികിത്സയായി എന്നു വിചാരിക്കുന്നതിലെ മണ്ടത്തരം തിരിച്ചറിയണം. ഇതെല്ലാം ചേർന്ന അനേകം മെലഡികൾ, താരാട്ടുകൾ, ഭക്തിഗാനങ്ങൾ നല്ല റേഞ്ചിൽ, സുസ്വരത്തിൽ പാടിയിട്ടുള്ളവ തെരഞ്ഞെടുത്ത് കേൾക്കുക.

സ്വരം, വ്യഞ്ജനം, സപ്തസ്വരം

തമിഴ്, മലയാളം മുതലായ ദ്രാവിഡ ഭാഷകളുടെ സ്വഭാവം സംഗീതാത്മകമാണ് ഇന്ത്യയിലെ എല്ലാഭാഷകളിലും സംഗീതാത്മ കത്വം പല റേഞ്ചുകളിൽ കാണാം ചൈനയിലെ മന്ദാരിൻ, റൊമാനിയൻ, മാൾട്ടീസ്, ലാത്വിയൻ, ഗ്രീക്ക്, അറബിക്ക്, സ്പാനിഷ്, ജെർമ്മൻ, ഇറ്റാലിയൻ, ഫ്രഞ്ച്, (ഇംഗ്ലീഷു ഭാഷയിൽ പോലും) മുതലായി അനേകം ലോകഭാഷകളിൽ സംഗീതാത്മകത കണ്ടിട്ടുണ്ട്. ഇതിന്നൊരു വ്യത്യാസം ഗ്വാട്ടിമാലയിലെ മായൻ ക്വിഷി ഭാഷയിൽ കാണാം അവിടത്തെ അമ്മമാർ ഇന്ത്യയിലെ അമ്മമാരെ പോലെ തൊട്ടിൽ കെട്ടും, പിന്നിൽ ഭാണ്ഡത്തിൽ കുഞ്ഞിനെ കെട്ടി നടക്കും, അടുത്തുകിടത്തി ഉറക്കും, കുഞ്ഞ് എന്തു ശബ്ദമുണ്ടാക്കിയാലും അമ്മ എടുത്ത് മുല കൊടുക്കും, ആട്ടി ഉറക്കും പക്ഷെ അധികം സംസാരിയ്ക്കില്ല. കുട്ടി ആദ്യത്തെ രണ്ടക്ഷരം സംസാരിയ്ക്കും വരെയേ ഈ മൌനമുള്ളു. അതുകഴിഞ്ഞാൽ സംസാരിയ്ക്കും. ആദ്യകാലത്ത് മദറീസ് സംസാരിയ്ക്കാതെത്തന്നെ മാതൃഭാഷ കുഞ്ഞുങ്ങളെ പഠിപ്പിക്കുന്നു, ഇവർ. ഇവർക്ക് മറ്റു കാര്യങ്ങളിൽ ഇന്ത്യൻ അമ്മമാരോട് സാദൃശ്യമുണ്ട്.

കുട്ടികളെ എങ്ങനെ സമീപിക്കണം, എങ്ങനെ വളർത്തണമെന്ന ഒരു ആശയം ഉദിച്ചശേഷം, സമൂഹത്തിന്റെ ആ നിയമം (നിബന്ധന) അനുസരിച്ച് മാത്രം വികാരപ്രകടനം നടത്തുന്ന സമൂഹമാണ് ക്വിഷിജനത. അതിനാൽ അവർ ഒരു സ്വാഭാവികസമൂഹമല്ല- സമൂഹനിയമങ്ങൾ അനുസരിച്ച്കൊണ്ട് എവിടെ നിന്നോ കുടിയേറിപ്പാർത്ത്, ആ സമൂഹനിയമം പാലിച്ച് തനിമ നിലനിർത്തുന്ന കൂട്ടരാണ് എന്നർത്ഥം. പൌരുഷേയമാണ് അപൌരുഷേയമല്ല അവ

രുടെ മാർഗ്ഗം അത് കൃത്രിമമാർഗ്ഗമാണ്. ഇവർ ഇന്ത്യയിലെ ഐതി ഹാസിക സമ്പ്രദായങ്ങളിൽ കേതുമാലയിലെ മയദാനവ വർഗ്ഗ മാണ് എന്നത് ശ്രദ്ധേയമാണ്. ഇവർ ഇന്ത്യക്കാരുടെ മറ്റു സമ്പ്രദാ യങ്ങൾ (മദറീസ് ഒഴികെ) സ്വീകരിച്ചിരിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധേയമാണ്. കുട്ടികളുമായി കൊഞ്ചിയാൽ അവരുടെ പൌരുഷം, വീര്യം നശി യ്ക്കുമെന്ന ദാനവരുടെ (അസുര യോദ്ധാക്കളുടെ) കർശനനിയമ മാവണം ഇവിടത്തെ അമ്മമാരെ ഇങ്ങനെ മൌനികളാക്കിയത്!

മനുഷ്യർ, നായ്, പൂച്ച, മുയൽ, തത്ത എന്നിവയോട് ഒരു ഓമന ഭാഷ (Pet language) കുട്ടികളോടെന്നപോലെ ഉപയോഗിക്കാറുണ്ട് അത് പഠിപ്പിക്കാനോ അതിജീവനത്തിനോ ഒന്നുമല്ല, വെറുതെ സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കാൻ മാത്രമാണ്. പക്ഷെ ഈ ഓമന ഭാഷ യിൽ കുട്ടികളോടുള്ള പോലെ സ്വരത്തെ ദീർഘിപ്പിക്കുന്ന സംഗീ താത്മകത തീരെ ഇല്ല, അല്ലെങ്കിൽ കുറവാണ്. കുട്ടികൾക്ക് ഓരോ സ്വരവും വെവ്വേറെ മനസ്സിലാക്കാൻ സംഗീതാത്മകമായി അവ നീട്ടിയും കുറുക്കിയും (ദീർഘം, ഹ്രസ്വം) മാത്ര മാറ്റി നാം ഉപ യോഗിക്കുന്നു. തമിഴിൽ ആന... ആവന്ന എന്ന് താളത്തിൽ ഈണ ത്തിലാണത്. മലയാളത്തിലും സ്വരോച്ചാരണം ഈണത്തിലും താള ത്തിലുമാണല്ലൊ. ആസ്പത്രികളിൽ കിടക്കുന്ന രോഗികളോട് ഡോക്ടർ,നേഴ്സ്,ബന്ധുക്കൾ അടക്കം പലപ്പോഴും ശ്രുതി ഉയർത്തി, സ്വരം നീട്ടിയാണ് കുശലപ്രശ്നം ചെയ്യുക. ഞങ്ങൾക്ക് നിങ്ങളിൽ ശ്രദ്ധയുണ്ട് എന്നു പറയാതെ പറയുന്നതുപോലെ ഒരു പക്ഷെ മദറീസിൽ നിന്ന് നമ്മൾ മുതിർന്നവർക്കു കിട്ടിയതാവാം ഈ ശൈലി. പതുക്കെ നിർത്തി നിർത്തി അക്ഷരങ്ങൾ മണിപോലെ ഉച്ചരിച്ച് സംസാരിയ്ക്കുക നാം കുട്ടികളോടും വിദേശികളോടും (ഭാഷ അറിയാത്തവരോട്) ആണ്. സാന്ത്വനം, മൃദുത്വം, അടുപ്പവും

ശ്രദ്ധയും ഉണ്ടെന്നു കാണിക്കുന്ന സുരക്ഷിതത്വ ബോധം ഇതൊക്കെ കാണിക്കേണ്ട സന്ദർഭങ്ങളിൽ (രോഗി, വൃദ്ധർ,ചെടി, മൃഗം,പക്ഷി,കുഞ്ഞ്) നാം നമ്മൾ പണ്ടു പഠിച്ച മദറീസലേക്ക് മട ങ്ങുന്നു പഠിപ്പിക്കേണ്ട സന്ദർഭത്തിൽ (വിദേശി, ശിഷ്യർ, കുട്ടികൾ, പ്രസംഗം കേൾക്കാൻ വന്ന ശ്രോതാക്കൾ) നാം മദറീസിന്റെ ഒരു പ്രത്യേകഭാഗം ഉപയോഗിക്കുന്നു. ഒരു നല്ല സംഗീതജ്ഞൻ ഇതു രണ്ടും ചേർന്ന ഭാഷയിലാണ് പാടുന്നത്. അത് പൌരുഷമുള്ള പുരുഷശബ്ദത്തിൽ അപൌരുഷേയമായ അമ്മയുടെ (മുകാംബി കയുടെ) ജ്ഞാനപ്പാലിന്റെ മധുരവും പോഷകശക്തിയും സൌന്ദ ര്യവും ശക്തിയും ചേർന്ന സംഗീതമാണ്. പൌരസൈത്രണഭാവ ങ്ങളുടെ ശിവശക്തി സാമരസ്യമാണ്. ഇടത്തും വലത്തും മസ്തിഷ്ക്ക ഭാഗങ്ങളുടെ സമ്പൂർണ്ണ സമന്വയവുമാണ്. സാധാരണ അഛന്മാർ, അമ്മമാരോളം കുഞ്ഞുങ്ങളുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിക്കുന്ന മധുരസ്വരഭാഷ ഉപയോഗിയ്ക്കാൻ കഴിയാത്തവരാണ്. അത് അമ്മ മാരെ അച്ഛന്മാരേക്കാൾ (സ്ത്രീകളെ പുരുഷന്മാരെക്കാൾ) സംഗീ താത്മകഭാഷ ഉപയോഗിയ്ക്കാൻ കഴിവുള്ളവരാക്കുന്നു. ഇവിടെ പരാശക്തിയായ സാക്ഷാൽ അമ്മയുടെ അപൌരുഷേയ ശക്തി ഒരു പുരുഷനിൽ (അച്ഛനിൽ) നേരിട്ടു പ്രവഹിച്ച് ഒരത്ഭുതം സൃഷ്ടി ക്കുന്ന പ്രതിഭാസമാണ് നാം കാണുന്നത്. അവിടെ മറ്റ് അമ്മമാ രെല്ലാം തോറ്റുപോകുന്നു. പരാശക്തിയുടെ മുമ്പിലാവുമ്പോൾ തോൽവിപോലും ഒരു വിജയമാണല്ലൊ ഓരോ കുഞ്ഞും പിറന്നു വീഴുന്നത് ശബ്ദ ത്തോടുകൂടിയാണ് അതിനെ എങ്ങനെ ഉപയോ ഗിക്കണമെന്ന അറിവോടെയുമാണ്. ആ അറിവ്, ആ ശബ്ദം കുഞ്ഞി ന്റെ അതിജീവന ലക്ഷണമായ കരച്ചിലായി നാം ആദ്യംതന്നെ കേൾക്കുന്നു. അതാണ് കുഞ്ഞിന്റെ ആദ്യത്തെ സ്വതന്ത്രകർമ്മം

ശബ്ദം ഉപയോഗിക്കുക, കരയുക എന്ന ആദ്യ സ്വതന്ത്ര കർമ്മത്തോടെ കുഞ്ഞ് നമ്മുടെ മനുഷ്യസമൂഹത്തിലെ ഒരു പുതിയ അംഗമായിക്കഴിഞ്ഞു. കുഞ്ഞ് ഗർഭാശയത്തിലിരുന്ന് കരച്ചിലിനു സമാനമായ ചില ശബ്ദങ്ങൾ പുറപ്പെടുവിയ്ക്കുന്നുണ്ട്. അഥവാ പുറത്തെ മനുഷ്യശബ്ദത്തോട് പ്രതികരിയ്ക്കുന്നുണ്ട്. കയാതുവിന് ഹരിനാമം പാടിക്കൊടുക്കുന്ന നാരദൻ ഗർഭസ്ഥ ശിശുവായ പ്രഹ്ലാദന്റേയും, സുഭദ്രയ്ക്ക് പത്മവ്യൂഹഭേദനം പറഞ്ഞു കൊടുക്കുന്ന കൃഷ്ണൻ അഭിമന്യുവിന്റേയും ഈ പ്രതികരണം കേട്ടതായി BC3000 ത്തിനു മുമ്പേ വ്യാസൻ രേഖപ്പെടുത്തി. പുരാതന ഈജിപ്തിലും ഗ്രീസിലും റോമിലും ഇത്തരം ഗർഭാശയപ്രതികരണം രേഖപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. 1923 ൽ അമേരിക്കയിൽ ഡോ. ജോർജ്ജ് റൈഡർ ഫോർസെപ്സ് ഇട്ട് കുട്ടിയെ പുറത്തെടുക്കുമ്പോൾ കുട്ടി. അത് ഒരു ചെറിയ പൂച്ചക്കുട്ടി (കണ്ണു മിഴിക്കുന്നതിന്റെ മുമ്പ്) കരയുമ്പോലെയാണെന്നദ്ദേഹം രേഖപ്പെടുത്തി. കൃഷ്ണനും നാരദനും കേട്ടത് ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിന്റെ ആനന്ദകരമായ പ്രതികരണമാണ്. ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രം കേട്ടത് അതിന്റെ കഠിന വേദനയുടെ നിലവിളിയും. നമ്മുടെ ഗർഭസ്ഥശിശുവിന് ആനന്ദകരമായ ട്രെയിനിങ്ങ് കൊടുക്കാനല്ലേ നമുക്കിഷ്ടം. അതുകൊണ്ട് ആനന്ദകരമായ സംഗീതവും ഭാഷയും വാത്സല്യവും അതിനു കൊടുക്കുക എന്നേ പറയാനുള്ളൂ. കുഞ്ഞ് പുറം ലോകത്തുവന്ന് ശബ്ദം പുറപ്പെടുവിയ്ക്കാനുള്ള ട്രെയിനിങ്ങ് അഥവാ റിഹേഴ്സൽ ഗർഭത്തിനകത്തുവെച്ചേ തുടങ്ങുന്നു എന്നതിന്റെ ലക്ഷണമാണ് മേല്പറഞ്ഞ പ്രതികരണം. ഇതിനെ Vagitus Uterinus (ഗർഭാശയക്കരച്ചിൽ) എന്ന് ആധുനിക വൈദ്യം വിളിക്കുന്നു.

നവജാതശിശു തനിയ്ക്കൊരു പരിചയവുമില്ലാത്ത ലോകത്താണ്

ചൂട്, വെളിച്ചം, വായു, അപരിചിത ശബ്ദങ്ങൾ- ആ പരിസ്ഥിതി മാറ്റം കുഞ്ഞിനെ കരയാൻ പ്രചോദിപ്പിക്കുന്നു. കരയുമ്പോൾ ആദ്യത്തെ ശ്വാസോച്ഛാസത്തിനുള്ള വഴി തുറന്നു കൊണ്ട്, ശ്വാസ കോശ മാർഗ്ഗത്തിൽ കെട്ടിയിരുന്ന കഫങ്ങളും മറ്റും (mucus, meconium etc) നീങ്ങുന്നു. ആദ്യത്തെ പ്രാണനും ആദ്യത്തെ ശബ്ദവും ഒന്നിച്ച് പ്രവഹിക്കുന്നു. ലോകത്തുള്ള എല്ലാ കുട്ടികളുടെയും ആദ്യത്തെ കരച്ചിൽ സംഗീതോപകരണങ്ങൾ ട്യൂൺ ചെയ്യുന്ന ഇന്റർനാഷണൽ സ്റ്റാൻഡേർഡിന്റെ തരംഗദൈർഘ്യത്തിലാണ്. (Ref: Richard Luchsinger & Godfray E Arnold: Voice, speech, language. Belment California Wadsworth 1965) അഥവാ, ഓരോ മനുഷ്യശി ശുവും ഈശ്വര സൃഷ്ടമായ ഒരു ദൈവീവീണ അഥവാ ഗാത്ര വീണയാണ്. ഈശ്വരന്റെ സംഗീതോപകരണമാണ് (അതിനേക്കാൾ മെച്ചമായ ഒരുപകരണമില്ല) നവജാതശിശുവിന്റെ APGAR സ്ക്കെയി ലിൽ, കുഞ്ഞ് ഭൂമിതൊട്ട് ഒരു മിനിട്ടിലും, 5 മിനിട്ടിലും ഉണ്ടാക്കിയ കരച്ചിലിന്റെ വീര്യം, പിച്ച്, ടോൺ എന്നിവ പ്രധാനമാണ്. നല്ല ശക്തമായ ഉച്ചത്തിലുള്ള കരച്ചിലിന് രണ്ടും, ദുർബ്ബലമായ ശ്രുതി താഴ്ന്ന വിമ്മിക്കരച്ചിലിന് ഒന്നുമാണ് പോയിന്റ് കൊടുക്കുക. ആദ്യ ശബ്ദം കുഞ്ഞിന്റെ ആരോഗ്യത്തിന്റെ ലക്ഷണങ്ങളിൽ പ്രധാന മാണ്. അഥവാ കുഞ്ഞ് കരയാഞ്ഞാൽ, നഴ്സുമാർ കുഞ്ഞിനെ കരയിക്കും. കരഞ്ഞാൽ, ശബ്ദം ഉണ്ടാക്കാഞ്ഞാൽ കുഞ്ഞ് ശ്വാസം കിട്ടാതെ ചത്തുപോകും. ശബ്ദം നമ്മുടെ പ്രാണനാണ്, ജീവൻ തന്നെയാണ്.

6 മാസമാവുമ്പോഴേയ്ക്കും നാം കുഞ്ഞിന്റെ കരച്ചിലിന്റെ സ്വഭാവം കൊണ്ട് കരച്ചിലിന്റെ കാരണം ഗ്രഹിക്കുന്നു. 0.65 സെക്കന്റിൽ ഇടവിട്ട് താളത്തിൽ കരയുന്നത് വിശന്നിട്ടാണ്. വേദന കൊണ്ടുള്ള

കരച്ചിലിന്റെ സ്വഭാവം വേറെയാണ്. ആദ്യം 3-4 സെക്കന്റ് തുടർച്ച യായി കരയും പിന്നെ 7 സെക്കന്റോളം ശ്വാസം അടക്കിപ്പിടിച്ച്, അടുത്ത കരച്ചിൽ തുടങ്ങും. 3 ആഴ്ചയിൽ കുറവുപ്രായമുള്ള ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു കുട്ടിയ്ക്ക് 4 തരം കരച്ചിൽ ഉണ്ടാക്കാം വിശപ്പ്, വേദന, ദേഷ്യം, നിരാശ (frustration). ഇതിൽ ഏതെന്ന് മനസ്സിലാ ക്കാൻ കുട്ടിയുടെ സിഗ്നൽ അയക്കാനുള്ള കഴിവും, അമ്മയ്ക്ക് അത് മനസ്സിലാക്കാനുള്ള കഴിവുമാണ് പ്രധാനം. സാധാരണ അമ്മമാർ സിഗ്നൽ മനസ്സിലാവാതെ എന്തുകരച്ചിലും വിശപ്പാണെന്നു കരുതി ഇരിയ്ക്കും. (ഗ്വാട്ടിമാലയിലെ അമ്മമാർ അതാണ് ചെയ്യുന്നത് കുഞ്ഞുമായി സ്വതന്ത്രസംവേദനം നടത്താത്തതു കൊണ്ടാണ്) ഒരു കുഞ്ഞിന് 3000 ഹെർട്ട്സ് കരച്ചിലിനുള്ള ട്യൂണിങ്ങ് ഉണ്ട്. അമ്മ യുടെ ചെവി അതിനോട് ഏറ്റവുമധികം പ്രതികരിക്കുമെന്നു കുഞ്ഞി നറിയാം. ഉറക്കത്തിൽ പോലും അമ്മ കുഞ്ഞിന്റെ ചെറിയൊരു കര ച്ചിൽപോലും കേൾക്കും.

മറ്റൊരു കുട്ടിയുടെ കരച്ചിൽ കുട്ടികൾക്ക് ഒപ്പം കരയാൻ ഒരു പ്രചോ ദനമാണ് ഒരു ദിവസം പ്രായമായകുട്ടിയ്ക്ക് 3 വിധം ടേപ്പുകൾ ശാസ്ത്രജ്ഞർ കേൾപ്പിച്ചുനോക്കി.

1. ഒരു ദിവസം പ്രായമായ മറ്റൊരു കുട്ടിയുടെ കരച്ചിൽ കുട്ടി അതിന്റെ കൂടെ കരഞ്ഞു.
2. 11 മാസമായ കുട്ടിയുടെ കരച്ചിൽ ശ്രദ്ധിച്ചു. പക്ഷെ കൂടെ കര ഞ്ഞില്ല
3. കുട്ടിയുടെ തന്നെ കരച്ചിൽ സ്വന്തം കരച്ചിലിനോട് ഒട്ടും പ്രതിക രിച്ചില്ല.

അതായത്, ഒരു ദിവസം പ്രായമായ കുട്ടിയ്ക്കു പോലും .. ഞാൻ.. എന്റെ കരച്ചിൽ, മറ്റൊരു കുഞ്ഞ്, അതിന്റെ കരച്ചിൽ എന്ന് തിരിച്ച

റിയാം തന്റെ അതേ പ്രായമുള്ള സമൂഹാംഗങ്ങളോടുള്ള സ്നേഹവും, മൈത്രിയും, കരുണയുമുണ്ട്. ജനിച്ച ഉടനെത്തന്നെ കുഞ്ഞ് ശബ്ദം ഉപയോഗിച്ച് തന്റെ സമൂഹബന്ധങ്ങൾ സംവദിക്കുന്നുണ്ട്. ശരീരം മുഴുവനും ഉപയോഗിച്ചാണ് കുഞ്ഞ് ശബ്ദമുണ്ടാക്കുന്നത്. ഉദരത്തിൽ നാഭിയ്ക്കുതാഴെ നിന്ന് ആ നാദം പുറപ്പെടുന്നത് കരയുന്ന കുട്ടിയെ നോക്കിയിരുന്നാൽ മനസ്സിലാവും. അഗ്നിയും പ്രാണനും ചേർന്ന ഓങ്കാരനാദം നാഭിയ്ക്കുതാഴെ നിന്ന് മുകളിലേക്കു സഞ്ചരിച്ചാണ് വൈഖരിനാദമായി പുറപ്പെടുന്നതെന്ന് ഇന്ത്യൻ ശബ്ദശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഏറ്റവും പഴയ നിരീക്ഷണത്തിന്റെ ശാസ്ത്രീയത ആധുനിക വൈദ്യം കണ്ടെത്തിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നതേയുള്ളൂ. നാഭിയിൽനിന്നുള്ള ഈ ശബ്ദത്തിലെ വൈകാരികത നല്ല ഗായകർ നിരന്തരം നിലനിർത്തുന്നു. സാധാരണ ആളുകൾക്ക് അത് നഷ്ടപ്പെടുന്നു. (വളരെ വൈകാരിക സന്ദർഭങ്ങളിൽ ആ പ്രവണത അവർ താല്ക്കാലികമായി വീണ്ടും പ്രദർശിപ്പിക്കാറുണ്ട്) നമ്മൾ പദങ്ങൾക്കുമുമ്പ് ശബ്ദവും സംഗീതവും ഉണ്ടാക്കുന്നതിനാലും, അവ നമ്മുടെ ഭാഷയ്ക്കു മുമ്പുള്ള പ്രകൃതി സഹജമായ വ്യക്തിത്വമാകയാലും, അവ നമ്മുടെ ഭാഷയ്ക്കു മുമ്പുള്ള പ്രകൃതിസഹജമായ വ്യക്തിത്വമാകയാലും, കുഞ്ഞിന്റെ ആദ്യശബ്ദവും സംഗീതശാസ്ത്രത്തിലെ ആദ്യശബ്ദവും സംസ്ക്കാരങ്ങൾക്കും കാലദേശങ്ങൾക്കും അതീതമായ ഈശ്വരശബ്ദമാണ്, അപൌരുഷേയമായ ശ്രുതിയാണ്. വൈദിക ശബ്ദമായ പ്രണവമാണ്. ആ പ്രണവത്തിന്റെ ശക്തി കുഞ്ഞിനും സംഗീതജ്ഞനും അറിയാം. ഞാൻ കരഞ്ഞാൽ അമ്മ വരുമെന്ന് കുഞ്ഞും ഞാൻ പാടിയാൽ രസികർ വരുമെന്ന് സംഗീതജ്ഞനും വാസനകൊണ്ടും അനുഭവം കൊണ്ടും അറിയുന്നു. ആ ശബ്ദം മന്ത്രശക്തിയുള്ളതാണ്. അതിന് ആന

ന്ദവും സാന്ത്വനവും കൊടുക്കാനും, കവിതാത്മകമായ വാക്കും ഭാഷയും സങ്കല്പവും ഭക്തിവാത്സല്യങ്ങളും കേൾക്കുന്നവരിൽ ജനിപ്പിക്കാനും സാധിക്കുമെന്ന് ശബ്ദം ഉപയോഗിക്കുന്ന ഓരോ കുഞ്ഞും തിരിച്ചറിയുന്നു. ആ തിരിച്ചറിവ് ശ്രുതിയുടെ ശാസ്ത്ര മാണ്. ശ്രുതി അഥവാ അപൌരുഷേയമായ വേദശബ്ദം അതി നാൽ മനുഷ്യന് ഏറ്റവും വലിയ പ്രമാണം (Evidence) ആണ് എന്ന് നമ്മൾ പറയുന്നു. ഈ ശാസ്ത്ര പ്രമാണ്യമാണ് ശബ്ദ ശാസ്ത്രം ഏറ്റവുമധികം ഉപയോഗിക്കുന്ന സംഗീതശാസ്ത്രത്തിനും രാഗചികിത്സയ്ക്കും ഉള്ളത്.

6–8 ആഴ്ച പ്രായമുള്ള കുട്ടി ഒന്നു കരയും എന്നിട്ട് കുറച്ചുനേരം മിണ്ടാതെകിടന്ന് അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിന് കാതോർക്കും. കേൾക്കാ ഞ്ഞാൽ വീണ്ടും കരയും- വൈഖരി, ശ്രുതി (വാഗിന്ദ്രിയം, ശ്രവ ണേന്ദ്രിയം) എന്നിവയുടെ പ്രവർത്തനം കൊണ്ട് ഒരു സംവേദന ത്തിന്റെ അർദ്ധഭാഗമായിട്ടാണ് ഒരു കൊച്ചുകുട്ടി പോലും തന്റെ കരച്ചിലിനെ അറിയുന്നതെന്നർത്ഥം അവർക്ക് കരച്ചിൽ ഒരു സംഭാ ഷണത്തിനുള്ളതാണ്. പ്രിയപ്പെട്ടവരെ വരുത്താൻ, അവരുമായി സംവദിയ്ക്കാൻ,കരഞ്ഞാൽ കേൾക്കാൻ, ഓടിവന്നെടുക്കാൻ, കൊഞ്ചാൻ, പാടാൻ, ചിരിയ്ക്കാൻ ഒരാളില്ലെങ്കിൽ, ഒരമ്മയില്ലെങ്കിൽ, അഛനോ ബന്ധുക്കളോ ഇല്ലെങ്കിൽ കുഞ്ഞ് നിസ്സഹായനാണ്. രസി കരില്ലാത്ത ഗായകരും കവികളും ആ നിസ്സഹായത അനുഭവിക്കു ന്നുണ്ടാവണം. രസികരെ കൂടാതെ ഒരു ഗായകനും കവിയും ജീവി തത്തിൽ ആനന്ദം കണ്ടെത്തുകയില്ല. അമ്മയുടെ താരാട്ടില്ലാതെ ഒരു കുഞ്ഞും ആനന്ദിയ്ക്കുന്നുമില്ല. ഈ പാരസ്പര്യം തിരിച്ചറിഞ്ഞ് വേണം രാഗചികിത്സയിൽ മനുഷ്യ ശബ്ദത്തിലുള്ള താരാട്ട് തെര ഞ്ഞെടുക്കാൻ നമുക്ക് സംസാരിയ്ക്കാനും പാടാനും ഒക്കെ വാഗി

ന്ദ്രിയത്തിന്റെ മാംസ പേശികളുടെ ചലനം നിയന്ത്രിയ്ക്കണം. വാഗിന്ദ്രിയത്തിന്റെയും പ്രാണവായു സഞ്ചാരത്തിന്റേയും ചലനങ്ങളെ ബാലൻസ് ചെയ്യണം. ആദ്യത്തെ 3 മാസത്തിൽ നവജാതശിശുവിന് ഇത് സാധിക്കുന്നില്ല. എന്നാൽ ചെവിയുടെ ശ്രവണം വാഗിന്ദ്രിയം കൊണ്ട് ശബ്ദം പുറപ്പെടുവിക്കുക, അതിനുള്ള ബൌദ്ധിക കഴിവുകൾ ഉണ്ടുതാനും. ഇതുവെച്ചാണ് 3 മാസത്തിനു മുമ്പ് ഒരു കുട്ടി കരച്ചിൽ, മറ്റ് ശബ്ദങ്ങൾ എന്നിവകൊണ്ട് ബുദ്ധിപൂർവ്വം മുതിർന്നവരുടെ ശ്രദ്ധ ആകർഷിച്ച് അവരുമായി പ്രോട്ടോ സംവാദം നടത്തുന്നത്. മുതിർന്നവരുടെ ചുണ്ടും വായയും അനങ്ങുന്നതും ശബ്ദം വരുന്നതും ശിശു കേൾക്കുകയും കാണുകയും ചെയ്യുന്നു. അതനുസരിച്ച് ചില ശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാൻ വായകൊണ്ടും ചുണ്ടു കൊണ്ടും ശ്രമിക്കുന്നു (gurgling, cooing sounds) ഇതുകേട്ട് അമ്മ ആനന്ദിക്കുന്നതും എടുക്കുന്നതും ഉമ്മവെയ്ക്കുനനതും കൊഞ്ചുന്നതും വീണ്ടും ശബ്ദം പുറപ്പെടീയ്ക്കാൻ കുഞ്ഞിനെ പ്രചോദിപ്പിക്കുന്ന ഘടകങ്ങളാണ് അത് ആ കുഞ്ഞു ഗായകന്റ/ ഗായികയുടെ ആദ്യ സംഗീതവും അമ്മ അതിന്റെ ആദ്യരസികയുമാണ്. ആറ് ആഴ്ചക്കകം അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തോട് മാച്ച് ചെയ്യുന്ന 10-15 വരെ ശബ്ദം കുട്ടി ഉണ്ടാക്കും. 2 മാസം കൊണ്ട് മുതിർന്ന ഒരാള്ക്കു സമാനമായ ശ്രുതി, ദൈർഘ്യം, വോള്യം എന്നിവ കുട്ടിയ്ക്ക് ഉണ്ടാക്കാൻ സാധിക്കുമെന്ന് Intonagrams ഉപയോഗിച്ച് ശാസ്ത്രജ്ഞർ കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. അമ്മ എന്ന രസികയുടെ ഭാവരസാനുഭൂതികളും ശ്രുതിശ്രവണങ്ങളും കൂടാതെ മനുഷ്യ ശിശുവിന് പഠനം സാദ്ധ്യമല്ല (അമ്മയല്ലെങ്കിൽ അതുപോലെ സ്നേഹിക്കുന്ന ഒരു മുതർന്ന വ്യക്തിയുടെ) Acoustic isolation (മനുഷ്യശബ്ദം കേൾക്കാത്ത അവസ്ഥ) ൽ മനുഷ്യന് പഠനം സാദ്ധ്യമല്ല ഭാവയത്രിയായ അമ്മ

യുടെ ശ്രുതി (വേദവാക്ക്) എന്ന വായ്മൊഴിയുടെ പ്രാധാന്യം യൂറോപ്പിൽ ശാസ്ത്രജ്ഞർ തിരിച്ചറയാൻ തുടങ്ങിയിട്ടേയുള്ളൂ എന്നർത്ഥം മൂന്നാം മാസം തൊട്ട് 6-ാം മാസം വരെയുള്ള കാലത്ത് വാഗിന്ദ്രിയം പതുക്കെ താഴോട്ടിറങ്ങുന്നു (descend of larynx) 3-7 വയസ്സിൽ അത് പൂർണ്ണമായി ഇറങ്ങിക്കഴിയും. കൌമാരത്തിൽ (Puberty) ഒരു പ്രാവശ്യം കൂടി താഴോട്ടിറങ്ങും. 5-ാം മാസം മുതൽ വാഗിന്ദ്രിയത്തന്റെ പുതിയ സ്ഥാനത്താൽ പ്രാണവായു സഞ്ചാരത്തെ നിയന്ത്രിക്കാൻ താലുവിന് സാധിയ്ക്കും നാവിന് നീളം വരികയും മാംസപേശികൾ ശക്തമാകയും, മുന്നിൽനിന്ന് പിന്നിലേക്ക് ചലിക്കാൻ സാധിക്കയും ചെയ്യും. അതായത് 5-ാം മാസം മുതൽ കുട്ടിയ്ക്ക് പ്രാണനിയന്ത്രണം, കൂടുതൽ ന്യൂറോമോട്ടോർ നിയന്ത്രണം എന്നിവ കൈവരികയും ശ്രുതി, ദൈർഘ്യം, Volume സ്വന്ത ഇഷ്ടപ്രകാരം Modulate ചെയ്യാൻ സ്വാതന്ത്ര്യം കിട്ടുകയും ചെയ്യും. ഇന്ത്യക്കാർ കുട്ടിയ്ക്ക് ഈ നിയന്ത്രണം വന്നുകഴിഞ്ഞാൽ, 6-ാം മാസത്തിൽ ചോറൂൺ എന്ന കർമ്മം നടത്തും. അതിന്റെ നാവിന് രസം അറിയാൻ തുടങ്ങി, നാവും വാഗിന്ദ്രിയവും പ്രവർത്തിക്കാനാരംഭിച്ചു, ചോറ് നൊട്ടിനുണഞ്ഞ് മൂക്കിലും തരിപ്പിലും കേറാതെ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിവു കിട്ടിത്തുടങ്ങി എന്നതിന്റെ സിംബലാണ് ഈ ചോറൂണ്.. അഥവാ അന്നപ്രാശനം. ചോറൂണ് കഴിഞ്ഞ് 6-8 മാസത്തിനകത്ത് വാഗിന്ദ്രിയത്തിന്റെ ഘടനയാൽ (3 മി.മീ നീളമുണ്ട് അപ്പോൾ Vocal fold ന്) കുഞ്ഞ് പലതരം ശബ്ദങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കുന്നു. (Squeal, growl, babble) അക്കാലത്ത് കുഞ്ഞുങ്ങൾ നന്നായി ശബ്ദങ്ങൾ അനുകരിയ്ക്കും. അമ്മ എന്തു പറഞ്ഞാലും അത് അനുകരിച്ചു പറയും. (8-01-2009 ന് കച്ചളീശ്വരർ ക്ഷേത്രത്തിൽ കച്ചേരിയ്ക്ക് ഒരു യുവതി 8,9 മാസമുള്ള ഒരു ആൺകുഞ്ഞുമായി വന്നിരുന്നു കച്ചേരിയ്ക്കു

മുമ്പ് ആ അമ്മ കുഞ്ഞിനോട് താളത്തിൽ ഓം നമശ്ശിവായ എന്ന് പറഞ്ഞുകൊണ്ടിരുന്നു. കുട്ടി ഇടയ്ക്കിടെ ഓം ഓം എന്ന് അമ്മ യുടെ ശ്രുതിയിൽ ആവർത്തിക്കുന്നു. ചുറ്റും ഉള്ളവർക്കൊക്കെ അതൊരാനന്ദകരമായ കച്ചേരിയും തനിയാവർത്തനവുമായി) 7-10 മാസംവരെയാണ് കുഞ്ഞിന്റെ സാമ്പ്രദായികമായ babbling പ്രായം. രക്ഷിതാക്കൾ എന്തുഭാഷ പറഞ്ഞാലും അവരത് ആവർത്തിച്ചു പറയും. കൂടുതലും വായുടെ വലത്തു ഭാഗം കൊണ്ടാണ് കുഞ്ഞു ങ്ങൾ അപ്പോൾ ശബ്ദമുണ്ടാക്കാൻ ശ്രമിക്കുക. കാരണം, കുട്ടിയുടെ ഇടത്തു മസ്തിഷ്ക്കഭാഗത്തെ ഭാഷാകേന്ദ്രമാണ് ഇക്കാലത്ത് പ്രവർത്തിയ്ക്കുക ഇത് സംഭാഷണത്തിനുള്ള റിഹേഴ്സൽ കാല മാണ്. അപ്പോൾ പുറപ്പെടുന്ന അക്ഷരങ്ങൾ പിന്നീട് അവർ സ്മൃതി യിൽ സൂക്ഷിച്ച്, ഭാഷയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു. എല്ലാ രാജ്യത്തും, ഏതു ഭാഷ സംസാരിക്കുന്ന അമ്മയുടെ കുട്ടികളും പൊതുവായി പറയുന്ന അക്ഷരങ്ങളായി ബ,പ,മ,ത,ന, എന്നിവയെ ഭാഷാ ശാസ്ത്ര ജ്ഞർ കണ്ടെത്തുന്നു. ഇവയിൽ അവസാനത്തെ 4 എണ്ണം മ,പ,ധ, നി- മദ്ധ്യമം, പഞ്ചമം, ധൈവതം, നിഷാദം- ആണ് എന്നത് ശ്രദ്ധി യ്ക്കുക. ചുണ്ടും വായും കോട്ടി മുല കുടിയ്ക്കുമ്പോൾ (അല്ലെ ങ്കിൽ കുപ്പി) ചുണ്ടിന്റെ ആകൃതിയും അപ്പോൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന ശബ്ദ വും, ഒരിത്തിരി അനുനാസികവും ചേർന്ന ..മ.. കാരം കുട്ടികൾ ഭക്ഷണം അമ്മ എന്നിവയോട് ചേർന്ന് വേഗം ഗ്രഹിക്കുന്ന വാക്കുകളായിത്തീരുന്ന മാമു/ മീമി/ അമ്മ/മമ്മി എന്നിങ്ങനെ എത്രയോ ഉദാഹരണങ്ങൾ പറയാവുന്നതാണ്. 1-4 മാസം പ്രായമുള്ള കുട്ടിയ്ക്ക് ബ, പ എന്നിവയുടെ ഉച്ചാരണവ്യത്യാസം തിരിച്ചറിയും. 6-8 മാസം പ്രായമുള്ള കുട്ടികൾ നമ്മൾ പറയുന്ന റ,ല എന്നീ അക്ഷരങ്ങൾ കേൾക്കുന്നുണ്ട്. ജപ്പാനിലെ കുട്ടികൾ

10– 12 മാസം വരെ രലയോരഭേദം തിരിച്ചറിയില്ല(ജപ്പാൻ ഭാഷയിൽ അവ ഒന്നായതുകൊണ്ട്) പക്ഷെ, ഇന്ത്യൻ കുട്ടികൾ തിരിച്ചറിയും. 6–18 മാസം വരെ ഇംഗ്ലീഷുകാരുടെ കുട്ടികൾ ഹിന്ദി/ ഇന്ത്യൻഭാഷയിലെ അക്ഷരങ്ങൾ കേൾക്കും തിരിച്ചറിയും. 18 മാസത്തിനു ശേഷം തിരിച്ചറിയില്ല. അതായത് അമ്മയുടെ ഭാഷ അനുസരിച്ചാണ് കുട്ടിയുടെ ഭാഷ വളരുന്നത്. വലുതാവും തോറും ഒരു ഭാഷയിൽ പ്രാവീണ്യം നേടുന്നു. മറ്റു ഭാഷകൾ പഠിക്കാൻ ഉള്ള ശ്രവണം (ശ്രുതി)നഷ്ടപ്പെടുന്നു, കുഞ്ഞാവുമ്പോൾ, എല്ലാ കുഞ്ഞുങ്ങളും ഒരു പോലെ ഏതു ഭാഷ പഠിക്കാനും കഴിവോടെ പിറക്കുന്നു. സമൂഹം സംസാരിക്കുന്ന ഭാഷയിലേക്കു മാത്രം വലുതാവുമ്പോൾ കഴിവു ചുരുങ്ങുന്നു. ഇതിവിടെ എടുത്തുപറഞ്ഞത് സ്വാതന്ത്ര്യാനന്തര ഭാരതത്തിലെ ഭാഷകളുടെ പേരിലുള്ള അന്യതാ ബോധത്തിന്റെ വ്യർത്ഥത എടുത്തുപറയാനാണ്. മതം മാത്രമല്ലല്ലോ, ഇന്ന് ഭാഷകളും മനുഷ്യനെ മനുഷ്യനിൽനിന്ന് വേർപെടുത്തുകയല്ലേ ഭരണം ഭാഷാടിസ്ഥാനത്തിൽ ഉള്ള സംസ്ഥാനങ്ങൾക്ക് കൊടുത്തപ്പോൾ?

8 മാസം പ്രായമുള്ള ഒരു മനുഷ്യ ശിശുനിന് ഏറ്റവും സൂഷ്മമായ ശ്രുതിമാറ്റം പോലും തരിച്ചറിയാം. മുതിർന്നവർക്ക് ഇത് സാധിയ്ക്കയില്ല. അവരുടെ തിരിച്ചറിവ് ആപേക്ഷികമായ മാറ്റം (Relativepitch) മാത്രമാണ്. കുട്ടികൾക്ക് പ്രകൃതിഎന്തിനാണ് ഈ കഴിവ് കൊടുത്തത് ? പദങ്ങളുടെ ചിത്രം (Word map) കുട്ടികൾക്ക് ശ്രുതിമാറ്റമായിട്ടാണ് കിട്ടുന്നത്. അതിസൂക്ഷ്മമായ ശബ്ദഗ്രഹണം കുഞ്ഞിന്റെ ജീവിതത്തിന് ആവശ്യമാണ്. ഭാഷ വികസിച്ച ഒരു മുതിർന്ന ആൾക്ക് അത് ദൈനദിന ജീവിതത്തിന് ആവശ്യമില്ല. ഭാഷ വികസിയ്ക്കും മുമ്പുള്ള ശിശുവിന് അത് കൂടിയേ തീരൂ.

തമിഴ്, കർണ്ണാകം, ഒരളവ് മലയാളം മുതലായ ദക്ഷിണേന്ത്യൻ ഭാഷകൾ ടീമഹ ഭാഷകളാണ്. അവയിൽ ശ്രുതിമാറ്റം കൂടുതൽ പ്രകടമാണ്. മന്ദാരിൻ, കാന്റൺ, തായ്, വിയറ്റ്നാം ഭാഷകളിലും മറ്റുപല ഇന്ത്യൻ ഭാഷകളിലും ഇതുണ്ട്. ഈ ഭാഷകൾ മാനവവംശങ്ങളുടെ ശൈശവ ത്തിലെ വാമൊഴി/ ശ്രുതി (oral tradition) ഭാഷകളായതു കൊണ്ടാണത്. 12-ാം മാസത്തിൽ ശ്രുതിയിൽ പൂർണ്ണനിയന്ത്രണ മുണ്ട് ഇത്തരം ഭാഷകൾ കേട്ടു വളരുന്ന കുട്ടികൾക്ക് അവരുടെ ബാബിൾ ഭാഷ, മാതൃഭാഷയോട് സാമ്യമുള്ളതാണ്.മാതൃഭാഷയിലെ പദങ്ങളുടെ ശ്രുതി, പദദൈർഘ്യം, സ്വരദൈർഘ്യം ഇവയൊക്കെ മാത്ര വിടാതെ കുട്ടികൾ അക്കാലത്ത് അനുകരിയ്ക്കും. ഒറ്റ അക്ഷരം, രണ്ടക്ഷരമുള്ള വാക്കുകൾ അക്കാലത്ത് കുട്ടി പുറപ്പെടുവിയ്ക്കയും ചെയ്യും. 20 ആഴ്ച പ്രായമുള്ള ഒരു കുട്ടി മൂന്നു ദിവസം തുടർച്ചയായി, 5 മിനുട്ടു നേരത്തേയക്ക് ഒരേ സ്വരം കേട്ടാൽ, അതേ ശ്രുതിയിൽ ദൈർഘ്യത്തിൽ അതനുകരിക്കാൻ തുടങ്ങും. അതായത്, നമ്മുടെ ശബ്ദ/ സ്വരപരിചയം (നമ്മുടെ മ്യൂസിക്കാലിറ്റി എന്ന കഴിവ്) നമ്മിൽത്തന്നെ, ആത്മാവോട് ചേർന്ന് പിറന്ന ഒരു ഗുണമാണ് അത് ഒരിക്കലും നഷ്ടപ്പെടുന്നില്ല. നമ്മൾ അതിനെ മറന്നുപോകുന്നുണ്ടാവാം, വയസ്സാവുമ്പോൾ അത് കുറയുന്നുണ്ട് എന്നത് ശരിയാണ് പക്ഷെ പൂർണ്ണമായും നഷ്ടപെടുന്നില്ല. അത് നമ്മെപ്പോലുള്ളവർക്ക് - സംഗീതമേ ജീവിതം എന്നു ജീവിയ്ക്കുന്ന ഒരാൾക്ക്, അതെന്നും അതുപോലെ നിലനിർത്താനാവുന്നു. ഇത് ഇന്ത്യൻ സംഗീതത്തിന്റെ രാഗരഹസ്യം. ഇത് വെച്ചാണ് രാഗചികിത്സ ഗർഭാവസ്ഥ മുതൽ വാർദ്ധക്യംവരെ (ആദി-അന്തം വരെ) പ്രയോജനപ്പെടുത്തുന്നതും പ്രയോജനപ്പെടേണ്ടതും

നാമോരുത്തരും പിറന്നുവീഴുന്നത് ലോകപൌരന്മാരായി,

സംഗീത ശ്രവണത്തോടുകൂടിയാണ്. വളരുമ്പോൾ നമ്മൾക്ക് പല വിധം സങ്കുചിതത്വങ്ങൾ ഉണ്ടായിവരുന്നു. സംഗീതശ്രവണം കുറയുന്നു. അശാന്തികൾ വരുന്നു. മനുഷ്യശബ്ദം, മനുഷ്യഭാഷ, മനുഷ്യന്റെ ശബ്ദവും ഭാഷയും ഉപയോഗിക്കുന്ന സംഗീതം അത് ഉപയോഗിയ്ക്കുന്ന സംഗീതജ്ഞർക്കും കേൾക്കുന്ന രസികർക്കും (ശ്രോതാക്കൾ) ഒരുപോലെ ആനന്ദം തരുന്നത് ശൈശവസ്മൃതികളിലെ സംഗീതാത്മകതയെ നാമറിയാതെ ഉണർത്തിയിട്ടാണ്.അതൊരു ഇന്ദ്രിയാധ്ഷ്ഠിതമായ ആനന്ദം മാത്രമല്ല, അതീന്ദ്രിയമായ ഒരാനന്ദം കൂടിയാണ് ഇന്ദ്രിയാധിഷ്ഠിതമായ മറ്റെല്ലാ ആനന്ദങ്ങൾക്കും മുമ്പ് നമ്മൾ അതീന്ദ്രീയമായ ഈ ശ്രവണാനന്ദം മാത്രമാണ് (ഗർഭാശയം മുതലേ)അനുഭവിച്ചിരുന്നത്. അതിന്റെ വാസനാ സ്മൃതികളിലൂടെ ഈശ്വരസ്പർശം അനുഭവിപ്പിച്ച് അശാന്തികളെ നീക്കി ശാന്തി നൽകലാണ് രാഗചികിത്സാമർമ്മം.

ചികിത്സകരുടെ ശബ്ദം

ഏറ്റവും നല്ല സാന്ത്വന ശബ്ദം മനുഷ്യക്കുഞ്ഞിന് അമ്മ യുടേതാണ് എന്ന് കഴിഞ്ഞ അദ്ധ്യായങ്ങളിൽ കണ്ടു. അത് കുഞ്ഞിനെ ജീവനം നൽകി പാലിച്ച്, പോഷിപ്പിച്ച്, മനസ്സും ശരീ രവും ബുദ്ധിയുമെല്ലാം വികസിപ്പിച്ച്, വളർത്തിയെടുക്കുന്ന ഏറ്റവും നല്ല ശബ്ദ മാണ്. അവിടെ അമ്മയുടെയും കുഞ്ഞിന്റെയും ശബ്ദ ങ്ങൾ ഒരുപോലെ പ്രധാനവുമാണ്. രണ്ടുപേരുടെ വികാരം പങ്കിട ലിൽ രണ്ടുപേർക്കും വളർച്ച(പക്വത) സംഭവിക്കുന്നതാണ് അവിടെ മാറ്റം (Transformation) അഥവാ പുരോഗതി. രാഗചകിത്സാ മർമ്മവും ഇതാണ്. കേൾക്കുന്നവരും പാടുന്നവരും ശബ്ദത്തിലൂടെ, ശബ്ദാസ്വാദനത്തിന്റെ രസാനുഭൂതി അറിയിക്കുന്ന പ്രതികരണങ്ങ ളിലൂടെ പരസ്പരം വളർത്തുന്നു, വളരുന്നു, സാന്ത്വനിപ്പിക്കുന്നു, ശാന്തിനേടുന്നു. ഇതാണ് രാഗചികിത്സകർ MLP(Musical life Panorama) എന്ന ശാഖയിലൂടെ സാധിയ്ക്കുന്നത്. നമ്മുടെ സംഗീത വികാരങ്ങൾ നാം സംവദിക്കുമ്പോൾ നാം രസാനുഭൂതി അഥവാ ബ്രഹ്മാനുഭവത്തെക്കുറിച്ചാണ് സംസാരിക്കുന്നത്- ഇത് ഓരോരു ത്തർക്കും ആപേക്ഷികമായനുഭവപ്പെടുന്ന ആത്മകഥാകഥനരൂപ ത്തിലേ MLP സാധിയ്ക്കു. പല രോഗികളും അവരുടെ ഏറ്റവും വൈകാരികനുഭവങ്ങളെക്കുറിച്ച് വികാരരഹിതരായി (നിർവ്വികാരം) പറയാന്, വേദനകൾ പങ്കുവെച്ച് സ്വയം ആശ്വസിക്കാൻ പഠിച്ചു കഴിഞ്ഞവരാണ് ആ വൈകാരികാനുഭവങ്ങൾ അവർക്കെത്ര മാത്രം പ്രധാനമാണെന്ന്, ദൈനന്ദിന സംഭാഷണശൈലിയിൽ നിന്നു വ്യത്യ സ്തമായി, സ്വരം താഴ്ത്തി, ശബ്ദഗുണവ്യതിയാനം വരുത്തി, ചില പ്പോൾ ഉചിതമായ ഒരു പദപ്രയോഗത്തിനായി ഒരു ക്ഷണം സംഭാ

ഷണം നിർത്തിയുള്ള അവരുടെ ശൈലിയിൽ നിന്ന് തെറാപ്പിസ്റ്റിന് ഇഴ പേർത്തെടുക്കേണ്ടിവരും. വേദന പങ്കിട്ട് വേദന കുറയ്ക്കാൻ സംഗീതാത്മകമായ ഈ പഴയ ഓർമ്മകൾ (MLP) സഹായിക്കുന്നുണ്ട്. (Ref. Susan Lee Bady. The Voice as a curative factor in Psychoanalysis. Psychoanalytic Review,72 (3) Fall 1985)

1960 ൽ ചിക്കാഗോവിൽ നടത്തിയ ഒരു റിസർച്ച് രോഗികളിൽ 4 വിധം ശബ്ദ ശൈലികൾ കണ്ടെത്തി.

1. കേന്ദ്രീകൃതം (Focussed) ആന്തരികാനുഭൂതികളെ വാക്കുകളായി മാറ്റുന്നു. അങ്ങനെ പുതിയ തലങ്ങളിലേക്കു പ്രവേശിക്കുന്നു. ഈ ശൈലിയിൽ രോഗിയ്ക്ക് ഒരു ഉൾക്കാഴ്ചയും, സ്വയം സാന്ത്വനിപ്പിക്കാനും സുഖപ്പെടുത്താനുമുള്ള ദൃഢനിശ്ചയവുമുണ്ട്. ഇത് ഏറ്റവും നല്ല ശൈലിയാണ്.
2. ബാഹ്യ പ്രകടനം (Externalising) നല്ല ഊർജ്ജവും വൈകാരികതയുമുള്ള ശബ്ദത്തിൽ മറ്റുള്ളവരോട് സംസാരിക്കുന്നു. ഇവർ ആരുടെ ശബ്ദവും കേൾക്കില്ല. പുതിയതലങ്ങളിലേക്കു പ്രവേശിയ്ക്കില്ല. പുതിയ ഒന്നിനേയും തന്നിൽ പ്രവേശിപ്പിക്കയുമില്ല. ഈ യഥാസ്ഥിതികമായ ശബ്ദം നമുക്കെല്ലാവർക്കും (സമൂഹത്തിൽ) ഒരിക്കലല്ലെങ്കിൽ മറ്റൊരിക്കൽ അനുഭവപ്പെട്ടിരിക്കും. ഇവരുമായുള്ള സെഷനുകളിൽ സംഗീത ചികിത്സകന് വലിയ പോസറ്റീവ് ഫലം കിട്ടുകയില്ല ഏതു ചികിത്സകന്റെ ശബ്ദത്തെയും അവർ കൽപിച്ച് അകറ്റി നിർത്തും എല്ലാം അവർക്ക് ഞാൻ ഞാൻ മാത്രമാണ്. മറ്റെല്ലാം അന്യമാണ്. മ മ, തവ ഭാവം കൂടുതൽ ലയം പ്രയാസം
3. സീമിതം (Limited) അത്ര അന്യത്വമില്ല – പറയുന്നത് കേൾക്കും. പക്ഷെ തന്റെ ഊർജ്ജത്തെ,വികാരത്തെ, ആ കേട്ടതിനോട് പ്രതി

കരിക്കാതെ രഹസ്യമാക്കി പിടിക്കും. അതിനാൽ വികാരം പങ്കിടുന്നില്ല. കേട്ടതിനോട് പ്രതികരണം ഇല്ലാതെ ദൂരത്തു നിൽക്കുന്നതിനാൽ സാന്ത്വനമോ, ചികിത്സയോ ഇത്തരക്കാരിലും പൂർണ്ണവിജയമാവുകയില്ല.

4. വൈകാരികം (Emotional) വികാരപ്രവാഹം അണപൊട്ടി ഒഴുകി സംവേദനം പലപ്പോഴും തടസ്സപ്പെടുന്നു. അപ്പോൾ ചികിത്സകരുടെ സാന്ത്വനശബ്ദം അതിനെ നേരായ വഴിയ്ക്ക് ഒഴുക്കുന്നു. രഹസ്യ സ്വഭാവം കാത്തുസൂക്ഷിക്കുന്ന പ്രകൃതക്കാരിൽ അവരുടെ ശബ്ദത്തിൽ മൃദുത്വത്തിന്റെ ലാഞ്ചനവരും വരെ ചികിത്സകർ ക്ഷമയോടെ കാത്തിരിക്കണം. മൃദുത്വം വന്നാൽ അത് നമ്മോട് രഹസ്യം തുറന്നുപറയാനുള്ള തുടക്കമാണെന്നും ഇനി അണപൊട്ടി ഒഴുകുന്ന വികാരപ്രവാഹമുണ്ടാവുമെന്നും സാന്ത്വനവും ചികിത്സയും പതുക്കെപ്പതുക്കെ വിജയിയ്ക്കാൻ പോകയാണെന്നും അറിയണം.

സംഗീത ചികിത്സകന്റെ ശബ്ദം അമ്മയുടേയോ ഈശ്വരന്റേയോ ശബ്ദമായി അവർ അപ്പോൾ ഉൾക്കൊള്ളുകയാണ്. കുഞ്ഞിനോട് അമ്മയൂടെ പ്രതികരണമാണ് അപ്പോൾ രോഗിയ്ക്ക് ചികിത്സകരിൽ നിന്നാവശ്യം അല്ലാതെ ഫ്രൂയിഡ് പറഞ്ഞപോലെ, .. ട്രാൻസ്മിറ്റിങ്ങ് സ്റ്റേഷനോട് ടെലഫോൺ റിസീവറിന്റെ പ്രതികരണമല്ല അത്തരം സൈക്കോ അനാലിസിസ്സിന് രാഗ ചികിത്സയിൽ പ്രസക്തി ഇല്ല.

അമ്മയുടേയോ ഈശ്വരന്റേയോ ശബ്ദമായി സംഗീത ചികിത്സകന്റെ ശബ്ദത്തെ ഗ്രഹിച്ച വ്യക്തി, അതിനെ അനുകരിക്കാൻ പഠിച്ച്, മറ്റുള്ളവരെ സാന്ത്വനിപ്പിക്കാനും പ്രചോദിപ്പിക്കാനും കഴിവുള്ളവനായിത്തീരുന്നു. ഇതാണ് ഇന്ത്യയിലെ സംഗീത

ഗുരുകുലങ്ങളിലും മറ്റു ഗുരുകുലങ്ങളിലും നടക്കുന്നത്. അവർ ശബ്ദത്തിൽ നിന്നും, ഉപദേശത്തിൽ നിന്നും, സംഗീതത്തിൽ നിന്നും മാത്രമല്ല, മൌനത്തിൽ നിന്നും ഉപബോധ, ബോധാതീതതലങ്ങളിലൂടെ ഒരു മൂന്നാം ശ്രവണം (മൂന്നാം തൃക്കണ്ണു പോലെ ഒരു Third ear) വികസിച്ചവരായിത്തീരുന്നു. ശ്രദ്ധ, മൌനം, ധ്യാനം, ശാന്തി എന്നിവ ഒന്നിച്ച് ലഭിക്കുന്ന യോഗപദ്ധതിയുടെ പ്രായോഗികവശമാണ് ഇത്. സംഗീതജ്ഞരും, എഴുത്തുകാരും, യോഗികളും അത്ലറ്റുകളും (കളരിപ്പയറ്റ്, ആയോധന വിദ്യ അടക്കം) ഈ കഴിവ് അങ്ങേ അറ്റം വളർത്തി എടുക്കുന്നതിലാണ് ജീവിതവിജയം കണ്ടെത്തുന്നത്. എല്ലാ ആയോധന വിദ്യകൾക്കും കളരികളിൽ ..ഒരമ്മ ദൈവമാണ്.. പരദേവത. സംഗീത സാഹിത്യ ഗുരുകുലങ്ങൾക്കും സരസ്വതി (സ്ത്രീ) യാണ് അധിഷ്ഠാന ദേവത. യോഗികളാകട്ടെ ശിവന് ശക്തിസ്വരൂപിണിയായ ദേവി കൂടാതെ ചലനശേഷിയില്ല എന്നറിഞ്ഞ് അർദ്ധനാരീശ്വരലയനത്തിനായി കുണ്ഡലിനീശക്തിയെ ഉണർത്തുന്നവരാണ്. അമ്മയും കുഞ്ഞും എന്ന ശബ്ദ മണ്ഡലത്തിലാണ് ഇന്ത്യയിലെ എല്ലാ അറിവും വികസ്വരമാകുന്നത് എന്നത് ജ്ഞാനത്തിന്റെ പഴക്കം ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു. (മാനവ ചരിത്രത്തിൽ)

അമ്മയുടെ സർവ്വശക്തമായ ശബ്ദം എപ്പോഴാണ് നിഷിദ്ധമായത്.. ബാബിലോണിയയിലെ താൽമുഡിൽ സ്ത്രീ ശബ്ദത്തെ നഗ്നത എന്ന് വിളിക്കുന്നു. ബൈബിളിൽ ഹവ്വയുടെ ശബ്ദം പാപത്തിന്റെ ശബ്ദമാണ്. ബാബിലോണിയൻ ഷേമ വായിയ്ക്കുന്നിടത്ത് സ്ത്രീശബ്ദം കേൾക്കുകകൂടിപാടില്ല സെയിന്റ് പോൾ സ്ത്രീകൾ പള്ളിയിൽ സംസാരിക്കുന്നത് വിലക്കി. അരിസ്റ്റോട്ടിൽ മൗനമാണ് സ്ത്രീയ്ക്ക് മഹിമ എന്നു പറഞ്ഞു. സോഫോക്ലിസും മൗനം

സ്ത്രീക്ക് സൌന്ദര്യം കൂട്ടുമെന്ന് പറഞ്ഞു. 16-ാം നൂറ്റാണ്ടിൽ ഒരു സ്ത്രീയ്ക്കുണ്ടാവേണ്ട ഒന്നും, രണ്ടും, മൂന്നും, നാലും ഗുണം മൌനമാണെന്ന് യൂറോപ്യർ കരുതി. ഗ്രീക്ക് മിഥോളജിയിലും കഥകളിലും ഊമകളായ മാലാഖമാരുണ്ട്. ജൂണോ ഒരിക്കൽ എക്കോയുടെ ശബ്ദം എടുത്തുമാറ്റി ശിക്ഷിക്കയും, മറ്റുള്ളവർ പറയുന്നത് ഏറ്റുപറഞ്ഞ് പ്രതിദ്ധ്വനിയ്ക്കാനേ ഇനി കഴിയു എന്ന് അവളെ ശപിയ്ക്കയും ചെയ്തു. ഏതൻസിലെ രാജാവിന്റെ മകൾ ഫിലോമിനയെ ത്രേസിലെ രാജാവ് തെറിയസ്ബലാല്ക്കാരം ചെയ്തശേഷം അവളുടെ നാവ് അരിഞ്ഞെടുത്ത് മൂകയാക്കിയത് രഹസ്യം പുറത്തുപറയാതിരിക്കാനാണ്. (സ്വന്തം പാപം മറ്റുള്ളവർ അറിയാതിരിക്കാൻ) ഹാൻസ് ക്രിസ്ത്യൻ ആൻഡേഴ്സന്റെ മത്സ്യകന്യക തന്റെ മനോഹരമായ ശബ്ദവും സംഗീതവും ഉപേക്ഷിച്ചു. അവയ്ക്കു പകരം രണ്ടുകാല് വരമായി വാങ്ങി മനുഷ്യസ്ത്രീയായി താൻ പ്രേമിക്കുന്ന പുരുഷനെ വിവാഹം കഴിച്ചു. സ്നേഹത്തിനു വേണ്ടി ശബ്ദം പോലും ത്യജിക്കുന്നവളും, പുരുഷന്റെ കാമം പുറത്തുപറയാതിരിക്കാൻ മൌനം അടിച്ചേല്പ്പിക്കപ്പെട്ടവളും, വെറും പ്രതിദ്ധ്വനികളായിപ്പോയവരും ഒക്കെ ഇന്നും നമുക്കിടയിൽ പല രൂപത്തിൽ പല ഭാവത്തിൽ ജീവിയ്ക്കുന്നു. ആ സഹോദരിമാർക്ക് അവരുടെ യഥാർത്ഥ ശബ്ദം ഒരു കുഞ്ഞിനെയെന്ന പോലെ സമൂഹത്തെ മുഴുവൻ സ്നേഹിക്കയും സംരക്ഷിക്കയും അതിനായി പ്രാർത്ഥിക്കയും ജീവിയ്ക്കയും ചെയ്യുന്ന അമ്മയുടെ ശബ്ദമാണെന്ന തിരിച്ചറിവ് ഉണ്ടാവട്ടെ എന്ന് ഈ വാക്കുകൾ കുറിയ്ക്കുമ്പോൾ ഞാൻ പ്രാർത്ഥിക്കുന്നു. എന്നാൽ ലോകത്ത് ത്രീവവാദവും ഹിംസയും മത, വർഗ്ഗ, ലിംഗ, ഭാഷ, കക്ഷിരാഷ്ട്രീയാദി ദ്വന്ദങ്ങളിൽ നിന്നുണ്ടായ മത്സരയുദ്ധങ്ങളും ഇല്ലാതാവും. ശാന്തി ഉണ്ടാവും. ഒരു തല

മുറയുടെ മുഴുവൻ ഭാവി സ്ത്രീയുടെ (അമ്മയുടെ) സ്വശക്തിയിലുള്ള ഈ തിരിച്ചറിവിലാണ് 1619 ൽ ന്യൂ ഇംഗ്ലണ്ടിലെ മതപ്രബോധകർ സംസാരിക്കുന്ന സ്ത്രീയെ മന്ത്രവാദിനിയുടെ നാവ് എന്ന് വിളിച്ചു. അന്ന് എത്രയോ നല്ല സ്ത്രീകളെ മന്ത്രവാദിനികളെന്നു മുദ്രകുത്തി തീയിട്ട് നശിപ്പിച്ചു. സതി പോലെയോ അതിലും ഹീനമോ ആയ ക്രൂരകൃത്യം ഹെന്റി ജെയിംസ് സ്ത്രീ ശബ്ദത്തെ Moo of cow, bray of an ass, bark of a dog എന്ന് താരതമ്യം ചെയ്തു. (പാവം, അദ്ദേഹത്തിന്റെ അമ്മ) ഡട ലും ബ്രിട്ടനിലും റേഡിയോ അനൌൺസർ ആയി സ്ത്രീകളെ ഏറെക്കാലം എടുത്തിരുന്നില്ല. 1933 ലാണ് ബി ബി സി ആദ്യമായി മിസിസ് ഗൈൽസ് ബോറെറ്റിനെ Tea time music ന്റെ അനൌൺസർ ആയി ഒരു പരീക്ഷണമെന്ന നിലയിൽ ആദ്യം നിയമിച്ചത്. 21 Aug 1933ന് അവർക്ക് 6 മണിയുടെ സായന്തന വാർത്താ ബുള്ളറ്റിൻ പരീക്ഷണാടിസ്ഥാനത്തിൽ വായിക്കാൻ അനുവാദം കൊടുത്തു 2 മാസം കഴിഞ്ഞ് പരീക്ഷണം വിജയമായില്ല എന്ന് ബി ബി സി വിധിയെഴുതി. 1935 ൽ ഇതേ അനുഭവം അമേരിക്കയിൽ എൽസി ജാവിസ്സിനുണ്ടായി ലോകയുദ്ധം വന്നപ്പോൾ ആരോഗ്യമുള്ള പുരുഷന്മാരൊക്കെ യുദ്ധത്തിനു പോയി. 1939 ൽ സ്ത്രീകളെ പൂർണ്ണ സമയ അനൌൺസർമാരായെടുത്തു 1941 ൽ 7 സ്ത്രീകൾ, 48 മണിക്കൂർ തുടച്ചയായി ഡ്യൂട്ടി എടുത്തിട്ടും ഒരിക്കൽ പോലും അവരുടെ ശബ്ദമോ ഉച്ചാരണമോ പിഴച്ചില്ല. പക്ഷെ, യുദ്ധം കഴിഞ്ഞ് പുരുഷന്മാർ തിരിച്ചുവന്നപ്പോൾ സ്ത്രീ ശബ്ദത്തിന് മൈക്ക് പേഴ്സനാലിറ്റി ഇല്ല എന്ന പഴയ ആരോപണവും തിരിച്ചുവന്നു. ഠഢയുടെ കാര്യത്തിലും ഇതായിരുന്നു സ്ഥിതി, ആദ്യ കാലത്ത് പക്ഷെ 2000 ആണ്ടിൽ ഈ സ്ഥിതി പൂർണ്ണമായും മാറി.

അച്ഛൻ (പുരുഷൻ)	അമ്മ (സ്ത്രീ)
ശരാശരി pitch 120Hz കാരണം - വാഗിന്ദ്രിയം വലിപ്പംകൂടും കൌമാരത്തിൽ അതിന്റെ fold ന് നീളവും, കട്ടിയും വർദ്ധി ക്കുന്നതിനാൽ വാഗിന്ദ്രിയ ത്തിന്റെ ഒരു ഇാ വളർച്ച കൊണ്ട് തൊണ്ടമുഴ (Adams apple) ഉണ്ടായി. ശബ്ദം ഒരു പൂണ്ണ ഒക്ടേവ് താഴേയ്ക്കുവ ന്നു. ടെസ്റ്റോ സ്റ്റെറോൺ എന്ന പുരുഷ ഹോർമ്മോൺ കൊണ്ട് വാഗിന്ദ്രിയ വളർച്ച യും കൌമാരത്തിലെ ശബ്ദ മാറ്റവും സംഭവിച്ചു.	225 Hz ആകെ 3-4 മില്ലിമീറ്റർ വളർച്ചയേ വാഗിന്ദ്രിയത്തി നുള്ളൂ അതിനാൽ 1/3- 1/2 ഒക്ടേവ് മാത്രമെ ശബ്ദം താഴേയ്ക്കു വന്നുള്ളൂ. ടെസ്റ്റോ സ്റ്റെറോൺ ഇല്ലാത്തതിനാലാ ണത്. അതായത്, ഇത് സ്ത്രീയുടെ സ്വാഭാവികത (സ്ത്രൈണം) യാണ്. പോരാ യ്മയല്ല.
പുരുഷന്മാർ കൂടുതലായി, ഉദര ഭാഗം മുതൽ ശ്വാസം (പ്രാ ണൻ) കഴിയ്ക്കും- പുരുഷന്റെ ചിരിയെ belly laugh എന്നു വിളിക്കുന്നത് അതിനാലാണ്. പുരുഷന്റെ നെഞ്ചിനകത്തെ space(chest cavity) കൂടുതലാക യാൽ Foghorn effect ഉണ്ട്.	സ്ത്രീ സംസാരിക്കുന്നത് ഉദര ത്തേക്കാളേറെ ശിരസ്സിൽ നിന്നാണ് സ്ത്രീയുടെ നെഞ്ചി ൻ കൂടിൽ Space കുറവാണ് ശബ്ദപ്പെട്ടിയുടെ മുകളിലു ള്ളതും തൊണ്ട, ശിരസ്സ് ഇവയ് ക്കു ചുറ്റുമുള്ളതുമായ വിസ് താരം കുറഞ്ഞ Space ൽ നിന്നു വരുന്ന ശബ്ദമാണ് സ്ത്രീയുടേത്

ആദ്യത്തെ 6 മാസത്തെ pitch range 85 Hz to 97 Hz ഒന്നാംവർഷം 80 Hz 5-6 വർഷം അച്ഛന്റെ ശബ്ദം അനുകരിയ്ക്കുന്നു. 7-8/ 7-10 yrs:- Intonation നെ നിയന്ത്രിക്കുന്നു. വലിയ പുരുഷനെപോലെ Monotone സംഭാഷണം (പുരുഷൻ Strong & silent എന്ന വിചാരത്താൽ) ചുണ്ട് വൃത്താകൃതിയിലാക്കി പിച്ച് കുറയ്ക്കുന്നു. വലിയ പുരുഷനെ അനുകരിക്കാൻ ടെസ്റ്റോസ്റ്റിറോണിന് മുമ്പേ തുടങ്ങും.	ഇത് സ്ത്രീയ്ക്കും പുരുഷനും തുല്യം 110 Hz അമ്മയുടെ ശബ്ദം അനുകരിക്കുന്നു പാവവെച്ച് കുഞ്ഞിനെ കൊഞ്ചുന്ന high pitch വൈകാരികഭാഷ അനുകരിക്കുന്നു. പുഞ്ചിരിയ്ക്കുമ്പോൾ ചുണ്ട് വികസിപ്പിച്ച് സ്നേഹം പ്രകടിപ്പിക്കലും pitch കൂട്ടലും ഒപ്പം നടത്തി പഠിക്കുന്നു. ചുണ്ട് വികസിപ്പിച്ച് പുഞ്ചിരിക്കുമ്പോൾ Vocal Cord ന് നീളം കുറയും. പുഞ്ചിരിയോടെ സ്നേഹപ്രകടനം നടത്തി, അമ്മയാകാനുള്ള പരിശീലനം

എന്തായിരുന്നു സ്ത്രീശബ്ദത്തിന് കണ്ട അപാകത.. കൂടുതൽ ഉച്ചത്തിൽ കൂടുതൽ സംസാരിക്കുന്നു. എന്നതായിരുന്നു പ്രശ്നം. അത് ഒരു സ്ത്രീയ്ക്ക് (മൌനം ഭൂഷണമായി സമൂഹം കാണുന്ന സ്ത്രീക്ക്) യോജ്യമല്ല എന്നും ഈ ഗുണം ഒരു പുരുഷനിൽ പൌരുഷ ചിഹ്നവും സ്ത്രീയിൽ അഹങ്കാര ചിഹ്നവുമായി സമൂഹം കാണുന്നു. അമ്മയുടേയും അച്ഛന്റേയും (സ്ത്രൈണ, പൌരുഷ) ശബ്ദങ്ങളെ നമുക്കൊന്നു പരിശോധിയ്ക്കാം ഇതിന്റെ സത്യാവസ്ഥ അറിയാൻ അതായത് സ്ത്രൈണസ്വഭാവത്തെ അമ്മയുടെ സ്നേഹമസൃണതയെയാണ്, അറിയാതെയോ അറിഞ്ഞോ അതു പയോഗിച്ച് വളർന്നു വലുതായപുരുഷൻ ഒരു defect എന്ന് പറയുന്നത്. പെൺകുട്ടികൾക്ക് ഈ സ്വഭാവം പ്രകൃതി കനിഞ്ഞരുളിയ പ്രത്യേകതയാണ്. അതില്ലെങ്കിൽ ഇന്നു നാം കാണുന്ന പുരോഗതി

മാനവവംശത്തിന് ഉണ്ടാവുമായിരുന്നില്ല. അമ്മ കൂടുതൽ വികാര പ്രകടനം, കൂടുതൽ ആനന്ദം, കൂടുതൽ വാത്സല്യം, കൂടുതൽ കൊഞ്ചലും സംസാരവും കൊടുക്കുന്ന വീട്ടിലെ കുട്ടികൾ മാന സികവും ശാരീരികവും ബൌദ്ധികവും ആയ ശാന്തിയോടും സുര ക്ഷിതത്വത്തോടും കൂടി വളരുന്നു. അതിനുള്ള ഘടനയും അതി നുള്ള വാസനയും പ്രകൃതി സ്ത്രീയ്ക്ക് കൊടുത്തിരിയ്ക്കയാണ്. പുരുഷന്മാർക്ക് അത്രയേറെ വൈകാരികമായ സ്നേഹവും വാത്സ ല്യവും കുഞ്ഞുങ്ങൾക്ക് പകർന്നു കൊടുക്കാൻ സാധിയ്ക്കത്തത് ടെസ്റ്റോസ്റ്റെറോൺ കൂടുന്നതുകൊണ്ടാണ് (ഉള്ളിൽ വാത്സല്യം ഉണ്ടെങ്കിലും!) സ്ത്രീകൾക്കും, ഭാഷയ്ക്കും, സംഗീതത്തിനും ഒഴു ക്കുകളും, രൂപവും, ഘടനയും, ശ്രുതി വൈവിദ്ധ്യവും, പ്രേമവും, വികാരവും, സൌഹൃദവുമെല്ലാം ഒരുപോലെ റേഞ്ചുള്ളവയാണ്. കുഞ്ഞായാലും, വൃദ്ധനായാലും ആ സ്ത്രൈണചലനത്താൽ ആകർഷിക്കപ്പെടുന്നു, പ്രചോദിയ്ക്കപ്പെടുന്നു, ആനന്ദിയ്ക്കുന്നു ഈ അറിവ് കിട്ടുമ്പോഴാണ് പുരുഷൻ ഭാഷയ്ക്കും സംഗീതത്തിനും സ്വാതന്ത്ര്യവും സ്ത്രീയ്ക്ക് മൌനവും വിധിയ്ക്കുന്നത്. സ്ത്രീയുടെ സൌന്ദര്യത്തെ ആകർഷകശക്തിയെ (സ്വന്തം പാപത്തെ) ഭയപ്പെ ടുമ്പോഴാണ് ആ സൗന്ദര്യലഹരിയെ നിഷേധിയ്ക്കൽ നിയന്ത്രണ മാവുന്നത്. ഇങ്ങനെ പേടിയ്ക്കാത്തവർക്ക്, സ്വമനസ്സിൽ നിയന്ത്ര ണമുള്ളയോഗിയ്ക്കും, കുഞ്ഞിനെപ്പോലെ നിഷ്കളങ്കനായ പുരു ഷനും സ്ത്രീ എന്നും അമ്മയാണ്, നിത്യ മംഗളകാരിണിയായ ശക്തിയാണ്. സ്ത്രീയും പുരുഷനും തന്റെ സ്റ്റീരിയോ ടൈപ്പിനെ മാറ്റി നിർത്തി, ആന്തരസ്വഭാവമായ വൈകാരിക സംഗീതത്തെ വീണ്ടും കണ്ടെത്തുമ്പോൾ അവർ നല്ല ഗായകർ മാത്രമല്ല, നല്ല മനുഷ്യരും, നല്ല സ്നേഹിതരും ഒക്കെയാവുന്നു. അമ്മയുടെ കാരു

ണ്യമാണ് ഒരു നല്ല മനുഷ്യനിൽ സംഗീതവും സാഹിത്യവും (സ്ത ന്യം) നിറച്ച് അമ്മയുമായി തന്മയീഭവിപ്പിക്കുന്നതെന്ന് അതിനാൽ നാം പറയുന്നു ചികിത്സകർ, സ്ത്രീയായാലും പുരുഷനായാലും, ആദ്യം സ്വശക്തിയും കൂടി അറിഞ്ഞിരിക്കണം അത്, അടക്കിഭരി ക്കാനല്ല, സ്നേഹിക്കാനും വളർത്താനും സാന്ത്വനിപ്പിക്കാനും, ശാന്തി നൽകാനും വേണ്ടി അമ്മ തന്ന ശക്തിയാണെന്നും അറി യണം അപ്പോഴേ സ്ത്രീപുരുഷഭേദം (ലിംഗാടിസ്ഥാനത്തിലുള്ള ഭേദ ഭാവന) എന്ന കടമ്പ കടന്ന് സ്വതന്ത്രനാവൂ. പെൺകുട്ടികൾ സ്വതവെ നേർത്തെ സംസാരിക്കും, വേഗത്തിൽ സംസാരിക്കും, 17-ാം മാസത്തിൽത്തന്നെ ഭാഷ ഗ്രഹിക്കുകയും സ്ഫുടമായി സംവ ദിക്കയും ചെയ്യും. 11-ാം വയസ്സിൽ ഒരു പെൺകുട്ടി അതേ പ്രായ ത്തിലുള്ള ആൺകുട്ടിയേക്കാൾ കൂടുതൽ സംസാരശേഷി വികസി പ്പിച്ചെടുക്കും അങ്ങനെ ചെയ്യാതിരുന്നാലാണ് പെൺകുട്ടികൾക്കു പ്രശ്നം. പെൺകുട്ടികൾ സാധാരണ അവരുടെ മുഴുവൻ പിച്ച് റേഞ്ച് ഉപയോഗിയ്ക്കാറില്ല അതിതാരത്തിലൊക്കെ ഉപയോഗിച്ചാൽ വല്ലാതെ shrill ആവും, അത് പിൽക്കാലത്ത് കുഞ്ഞുങ്ങളെ വളർത്തു മ്പോൾ ശല്യമായിത്തീരും എന്നതുകൊണ്ട് പ്രകൃതി കൊടുത്ത സഹജാവബോധത്താലാണ്. ഇതൊക്കെയാണ് പ്രകൃതിയുടെ തെര ഞ്ഞെടുപ്പ് (Natural selection) അല്ലാതെ കയ്യൂക്കുള്ളവൻ കാര്യക്കാ രൻ (ശക്തൻ അതി ജീവിക്കൽ) എന്ന ചൂഷണനയമല്ല.

എന്തുകൊണ്ടാണ് പുരുഷന്മാർ സ്ത്രീയെ വായാടികളായി കരു തുന്നത്

1. പുരുഷന് സംവദിക്കാൻ താല്പര്യമില്ലാത്തപ്പോൾ സ്ത്രീകൾ ചെന്ന് സംസാരിക്കുന്നതുകൊണ്ട്.
2. പുരുഷന് ഒട്ടും താല്പര്യമില്ലാത്ത വിഷയങ്ങളെക്കുറിച്ചാണ്

അവൾ അവനോട് വാതോരാതെ സംസാരിക്കുന്നത് എന്നതുകൊണ്ട്. അതായത് ശൈലി, സമയം, വിഷയം, സാമൂഹ്യമായി തുല്യ ശക്തിയുള്ള രണ്ടു വിഭാഗങ്ങൾക്ക് പരസ്പരം നന്നായറിയാത്തതുകൊണ്ടുള്ള തെറ്റിദ്ധാരണ, ഇതൊക്കെയാണ് സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ തമ്മിൽ വീട്ടിലും നാട്ടിലും ലോകത്തെമ്പാടുമുള്ള പ്രശ്ങ്ങൾക്കു കാരണം. ഇരുകൂട്ടരും അല്പം ശ്രദ്ധവെച്ചാൽ ഈ നില മാറും, അതിന് ആണെഴുത്തിനും പെണ്ണെഴുത്തിനും പോരെഴുത്തിനും ഒന്നും പോകണ്ട. സംഗീതത്തിന്റെ മധുരഭാഷ മാത്രം മതി. കാരണം അത് അമ്മ യുടെ വാത്സല്യത്തിന്റേയും സ്നേഹത്തിന്റേയും സ്വരമാണ്. എല്ലാവർക്കും മനസ്സിലാവുന്ന യൂണിവേഴ്സൽ ഭാഷയാണ്. നമ്മൾ (ആണും പെണ്ണും) സ്നേഹിക്കുന്ന ഒരാളോട് (പെണ്ണിനോടും ആണിനോടും) സംസാരിക്കുമ്പോൾ അറിയാതെ സ്വരവും ശ്രുതിയും ഉയർത്തി നമ്മുടെ ശൈശവ ഭാഷയിലേക്കു മടങ്ങും. പരിചയമില്ലാത്ത ആളുകളോടൊ ഗ്രൂപ്പിനോടൊ സംസാരിക്കുമ്പോൾ സ്വരവും ശ്രുതിയും താഴ്ത്തും വളരെ ഗഹനമായ ഒരു കാര്യം സംസാരിക്കുമ്പോൾ ശ്രുതി താഴ്ത്തും. പണ്ഡിതയായ ഒരു സ്ത്രീ യൂറോപ്പിൽ ഗഹനമായ ഒരു വിഷയത്തെക്കുറിച്ച് ക്ലാസെടുക്കുകയായിരുന്നു. വളരെ ഗംഭീരമായ ക്ലാസ് പകുതിയായപ്പോൾ ഒരാൾ (അവരുടെ സുഹൃത്തായ ഒരു പുരുഷൻ) ഹാളിലേയ്ക്ക് പ്രവേശിച്ചു. ക്ലാസ് കഴിഞ്ഞ്, തന്റെ പ്രഭാഷണത്തിന്റെ റെക്കോഡ് കേട്ടപ്പോൾ ആസ്ത്രീയ്ക്ക് ഷോക്കേറ്റതുപോലെയായി. ആ സുഹൃത്ത് കടന്നുവന്ന മുഹൂർത്തത്തിൽ തന്റെ ശബ്ദത്തിലെ വികാരരാഹിത്യം നഷ്ടപ്പെട്ടതും, തന്റെ ശബ്ദം ഒരു കൊച്ചുപെൺകുട്ടിയുടേതുപോലെ സ്വരവും ശ്രുതിയും ഉയർന്നതും അവർക്കുതന്നെ വിശ്വസിയ്ക്കാനായില്ല. താൻ ആ സുഹൃത്തിനെ പ്രേമിക്കുന്നു

എന്ന് അവർ തന്റെ ശബ്ദവ്യത്യാസത്തിൽ നിന്നാണ് ഗ്രഹിച്ചത്. ബാബ്ൾ ചെയ്യുന്ന പ്രായത്തിൽ ഒരു പുരുഷ പ്രജ അമ്മയോട് 390 Hz ലും അഛനോട് 340 Hzലും സംവദിക്കുന്നു. പെൺകുട്ടിയ്ക്ക് 390-290 Hz ആണ് ഈ വ്യത്യാസം. 10-14 മാസമായ പെൺകുഞ്ഞി നോട് അമ്മ ഭാഷാസാമ്യമുള്ള ശബ്ദങ്ങളുപയോഗിക്കുന്നു. അതേ പ്രായമായ ആൺകുട്ടിയോട് ഭാഷാ സാമ്യമില്ലാത്ത ശബ്ദം (കാർ ശബ്ദം ലരേ) ഉപയോഗിക്കുന്നു. പെൺകുട്ടികൾ വേഗം ഭാഷ പഠി ക്കുന്നതിന്റെ ഒരു കാരണം ഇതുമാണ്. അതിനാൽ സ്ത്രീയുടെ വായാടിത്തം വിമർശിക്കുന്നതും പുരുഷന്റെ നിർവ്വികാരത്വം വിമർശിക്കുന്നതും ഒരുപോലെ അർത്ഥശൂന്യമാണ്. നിർവ്വികാരമായ ബ്രഹ്മത്തിൽ, വികാരശിലമായ ചലനാത്മക പ്രകൃതിയുടെ ലയമാണ് നാം കാണുന്നതത്രയും! രണ്ടും സ്ത്രീയിലും പുരുഷനിലുമുണ്ട്. നമ്മൾ ഓരോരുത്തരും പകുതി സ്ത്രീയും പകുതി പുരുഷനുമായ ഓരോ അർദ്ധനാരീശ്വരനാണ്. നമ്മുടെ മറുപകുതിയെ നിഷേധി ച്ചുകൊണ്ട് ഒരസ്തിത്വം നമുക്കാർക്കും സാദ്ധ്യമല്ല.

2005 ൽ ബ്രിട്ടനിലെ ഒരു റിസർച്ച് ടീം പുരുഷമസ്തിഷക്കത്തിൽ സ്ത്രീശബ്ദവും പുരുഷശബ്ദവും പ്രചോദിപ്പിക്കുന്ന സ്ഥലങ്ങൾ വെവ്വേറെയാണെന്ന് കണ്ടെത്തി (Dilray S. Sokhi etal. Male & female voice activate distinct regions in the male brain, Neuroimage 17;2005) ഒരുപക്ഷെ സ്ത്രീകളിലെ മസ്തിഷ്ക്കത്തിലും പുരുഷശബ്ദവും സ്ത്രീശബ്ദവും പ്രചോദിപ്പിക്കുന്ന തലങ്ങൾ വെവ്വേറെയാവാം. സ്ത്രീശബ്ദം പുരുഷനെ ആകർഷിക്കുമെന്ന് പണ്ടുമുതലേ മിഥോ ളജിയിൽ കാണാം. ഗ്രീക്കു മിഥോളജിയിൽ സ്ത്രീയുടെ തലയും പക്ഷിയുടെ ശരീരവുമുള്ള സൈറൺ മധുരമായി പാടി കപ്പലുകളെ ആകർഷിച്ച് പാറകളിലടിച്ചു തകർക്കുന്നു. ആ സംഗീതം കേൾക്കാ

തിരിക്കാൻ ചെവിയിൽ മെഴുകുവെച്ചടച്ച് തന്റെ യാഴ് (Lyre) മീട്ടി കൂടുതൽ ഉച്ചത്തിൽ കൂടുതൽ മധുരമായ സംഗീതം ഓർഫിയസ് ഉണ്ടാക്കി. സൂസൻ മോണ്ടാഗ് എന്ന ഗായികയുടെ ശബ്ദം കേട്ടമുഹൂർത്തത്തിൽത്തന്നെ ഞാൻ അവരെ വിവാഹം കഴിയ്ക്കുമെന്ന് നിശ്ചയിച്ചതായി അവരുടെ ഭർത്താവ് പറയുകയുണ്ടായി. പഴയ തമിഴു സിനിമ പഞ്ചവർണ്ണക്കിളി യിൽ ശബ്ദംകേട്ട് ഗായികയെ പ്രേമിക്കുന്നതാണ് വിഷയം. സ്ത്രീകളുടെ കാര്യത്തിലും അങ്ങനെയാവാം. ഒരു ശബ്ദം ഉണ്ടക്കാൻ പാടാൻ ഒരാളുടെ ശരീരവും പ്രാണനും മനസ്സും ബുദ്ധിയും ആത്മാവും ഒന്നിച്ച് പ്രയത്നിയ്ക്കുന്നു. എന്നാലും സ്ത്രീ ശബ്ദത്തെ ശരീരകാമത്തിന്റെ മാത്രം ശബ്മായും പുരുഷ ശബ്ദത്തെ അശരീരിയായ അതീന്ദ്രിയ ശബ്ദമായും വിവേചിച്ചു കാണുന്ന ബൈബിളിന്റെ സമീപനമല്ല ഇന്ത്യയുടേത്. രണ്ടിനേയും പര, പശ്യന്തി, മദ്ധ്യമ, വൈഖരി എന്ന 4 ഘട്ടങ്ങളിൽ അതീന്ദ്രിയവും ഇന്ദ്രിയാധിഷ്ഠിതവുമായി കാണുന്ന സമീപനമാണ്. ആദ്യം കേട്ട, ആദ്യം സ്നേഹിച്ച സ്ത്രീശബ്ദം (അമ്മയുടെ) നമ്മെ വളർത്തുന്നു, ഒരിയ്ക്കലും വഴിതെറ്റിയ്ക്കയില്ല എന്ന വിശ്വാസമാണ് സരസ്വതീസങ്കല്പം. ആർത്തവം നിൽക്കാറാവുമ്പോൾ (premenopausal) സ്ത്രീയിൽ ചില ശബ്ദമാറ്റങ്ങൾ വരും. ഇത് സ്ത്രീകളായ ഗായകർക്ക് വലിയ ഭയമാണ്. വാസ്തവത്തിൽ അപ്പോൾ സ്ത്രീയുടെ ശബ്ദം ഗംഭീര്യമാർജ്ജിയ്ക്കയാണ്. ആർത്തവത്തിനുതൊട്ടു മുമ്പ് സ്ത്രീ ശബ്ദത്തിൽ നേർത്ത മാറ്റം കാണാം. അതുപോലെ സ്ത്രീപുരുഷ സംയോഗം കൊണ്ട് പുരുഷഗായകരിലും ശബ്ദമാറ്റമുണ്ട്. റോയൽ ഓപ്പറഹൗസിലെ ഒരദ്ധ്യാപകൻ തന്റെ വിദ്യാത്ഥികളുടെ താരസ്ഥായിയിൽ പോകാനുള്ള ബുദ്ധിമുട്ടുമാത്രം നോക്കി അവർ തലേന്നുരാത്രി സ്ത്രീ സംഗമം നടത്തി

യിട്ടുണ്ട് എന്ന് ഗ്രഹിച്ചിരുന്നു. സ്ത്രീ സംഗമത്താൽ രാത്രി ടെസ്റ്റേസ്റ്ററോൺ കൂടുതൽ പ്രവഹിക്കും. അപ്പോൾ പിറ്റേന്ന് താരസ്ഥായി പാടാൻ വാഗിന്ദ്രിയം സമ്മതിയ്ക്കില്ല. കച്ചേരിയുടെ തലേന്ന് പല നല്ല ഗായകരും ഭാര്യയോടൊപ്പം ശയിയ്ക്കാറില്ല. അത് ഇക്കാരണം കൊണ്ടാണ്. 50 വയസ്സുകഴിഞ്ഞ പുരുഷന്മാരുടെ ശബ്ദത്തിൽ മാറ്റം വരും (premenopausal സ്ത്രീയുടെ പോലെ) അതിൽ കൂടുതൽ ശിശു സഹജമായ കൊഞ്ചലും, ഇടയ്ക്ക് താരസ്വരവും വരും. അവരുടെ പിച്ച് റേഞ്ച് കുറയും. ഇതൊക്കെ രോഗമല്ല സ്വാഭാവികമായ physiological മാറ്റങ്ങളാണ്. ഈ മാറ്റമൊന്നും നല്ല ഗായകരുടെ സംഗീതത്തെയൊ സംഗീതശൈലിയേയൊ ഒന്നും ഒട്ടും ബാധിയ്ക്കയില്ല.

പണ്ട് ചാൾസ് ഡാർവിൻ ഒരു കാര്യം പറഞ്ഞു. ആൺ തവളയുടെ ശബ്ദം പെൺതവളയുടേതിനേക്കാൾ ഗാംഭീര്യം കൂടും, ആൺ തവളകളിൽ വെച്ച് ഏറ്റവും വലിയതിന്റെ ശബ്ദം ഏറ്റവും ഗംഭീരമാണ്. പെൺതവളകൾ ആ ശബ്ദത്താൽ ആകർഷിക്കപ്പെടുന്നു. അതുമായി ബീജസങ്കലനം ചെയ്യുന്നു എന്ന്, ആണിന്റെ aggressive, dominant സ്വഭാവത്തെ കാണിക്കുന്ന ആ ശബ്ദമാണ് പെൺ തവളയെ ആകർഷിക്കുന്നതെന്ന്. ഇതിൽ കളിയും കാര്യവും ഉണ്ട്. ശബ്ദം ഒരാളുടെ വ്യക്തിത്വത്തിന്റെ, ആ കർഷണശക്തിയുടെ കേന്ദ്രബിന്ദുവാണ് എന്നതാണ് കാര്യം. സ്ത്രീയുടെ വ്യക്തിത്വചിഹ്നമായ സ്ത്രീശബ്ദത്തെ മാറ്റി പുരുഷശബ്ദത്തോടു സദൃശമാക്കാൻ കഴിഞ്ഞ 50 വർഷമായി യൂറോപ്പിൽ ശ്രമം തുടങ്ങിയിട്ട്. 1945 നേക്കാൾ 1993 ൽ ഗായികമാരുടെ ശരാശരി പിച്ച് 23Hz താഴെയായിട്ടുണ്ട്. 1970 മുതൽ voice coach കളും സൗണ്ട് എഞ്ചിനീയർമാരും സ്ത്രീ ശബ്ദത്തെ കൃത്രിമമാക്കി അതിന്റെ തനിമ കളയുവാൻ കിണഞ്ഞു ശ്രമിക്കുകയാണ്. (പഴയ ഗായികമാരും പുതിയ ഗായി

കമാരും തമ്മിലുള്ള വ്യത്യാസം തനിമയില്ലാത്ത കൃത്രിമ ശബ്ദ ത്തിൽ പാടി ഒരേ കമ്മട്ടത്തിലടിച്ച ഉറുപ്പികനാണ്യം പോലെയാവുന്നു എന്നതാണ്) സാധാരണ സ്ത്രീശബ്ദം പുരുഷ ശബ്ദത്തേക്കാൾ ഒരു ഒക്ടേവ് മേലെയാണ്. അതിപ്പോൾ 2/3 ആയി രിക്കുന്നു. അതിനാൽ സ്ത്രീശബ്ദം ഭാവാത്മകത്വം നഷ്ടപ്പെട്ടതായി ത്തീർന്നു. സ്ത്രീകളുടെ വാഗിന്ദ്രിയത്തിന് ക്ഷതം പറ്റുന്നത് പതി വായി. സ്ത്രീയ്ക്ക് സ്വഭാവിക ശബ്ദത്തിൽ പാടുന്നതാണ് നല്ലത്. കൃത്രിമ ശബ്ദമല്ല. പിഗ്മാലിയനിൽ പ്രൊഫസർ ഹിഗ്ഗിൻസ് എന്തു കൊണ്ട് ഒരു പുരുഷനെപ്പോലെ സ്ത്രീയ്ക്കായിക്കൂടാ എന്നു ചോദിച്ച് എലൈസ ഡൂലിറ്റിലിന്റെ ശബ്ദവും സംഭാഷണശൈലി യുമടക്കം മാറ്റിയതു പോലെ ഒന്നാണ് ഈ കൃത്രിമശബ്ദ ക്കാർ ചെയ്യുന്നത്. ഒരു സ്ത്രീയെയും പുരുഷനേയും പൂർണ്ണസ്വതന്ത്രരാ ക്കുന്നത് ഒന്നിനെ മറ്റൊന്നായി മാറ്റിയിട്ടല്ല, രണ്ടിന്റെയും പൂർണ്ണ സാദ്ധ്യതകൾ വികസിപ്പിച്ചെടുത്തിട്ടാണ്. മതംമാറ്റം, ശബ്ദമാറ്റം, ഇതൊക്കെ പൂർണ്ണ സ്വാതന്ത്ര്യത്തെ ശരിയ്ക്കുമനസ്സിലാക്കാത്തവർ ചെയ്യുന്ന മോണോകൾച്ചർ പരീക്ഷണങ്ങളാണ്. എല്ലാവിധ വൈവിദ്ധ്യങ്ങളും തനിമകളും നിലനിർത്തിക്കൊണ്ടുതന്നെ, എല്ലാ വർക്കും, പൂർണ്ണ സ്വാഭാവികവികാസത്തിനവസരം നൽകിക്കൊ ണ്ടുതന്നെ, സർവ്വരും എല്ലാം പങ്കിട്ട് ശാന്തിയോടെ സമാധാനമായി ജീവിക്കുന്നതാണ് യഥാർത്ഥ സംസ്കാരവും പുരോഗതിയും സ്വാതന്ത്ര്യവും.

ഒരാളുടെ സംസാര വേഗത, മൃദുത്വം, കാഠിന്യം, ഉച്ചസ്ഥായി, ഒരാൾക്ക് എത്രകാലം മൗനം സഹിക്കാൻ കഴിയും - ഇതൊക്കെ ആ ആളുടെ ജന്മസ്ഥലം, ചുറ്റുപാടുകൾ, മാതൃഭാഷ, മുഖത്തിലെ ഘടന(അസ്ഥി, ചുണ്ട്) കൊണ്ടുണ്ടായമാറ്റങ്ങൾ, ജനിതകം ഇങ്ങനെ

പലതിനേയും ആധാരമാക്കിയാണ്. ഞാൻ എന്റെ ശബ്ദമുപയോഗിച്ച് സംസാരിക്കുമ്പോഴും പാടുമ്പോഴും എന്റെ സംസ്ക്കാരമാണ് എന്നിലൂടെ പ്രകാശിതമാവുന്നത്, അതാകട്ടെ അനേക സഹസ്രാബ്ദങ്ങൾ പഴക്കമുള്ള ഒന്നാണ് എന്നറിയണം 1960-70 കളിലാണ് സംഭാഷണത്തിന്റെ എത്ത്നോഗ്രാഫി പഠനവിഷയമാകാൻ തുടങ്ങിയത്. സമൂഹത്തിലെ ചടങ്ങുകൾ, മന്ത്രങ്ങൾ, പ്രാർത്ഥനകൾ, സംഗീതം, ഭാഷയുടെ പ്രത്യേകതകൾ, അവ നമ്മുടെ ശബ്ദശാസ്ത്രത്തിൽ വിവരിക്കപ്പെട്ടതും, നമ്മുടെ ശബ്ദത്തിൽ പ്രകാശിപ്പിക്കുന്നതും- ഇവയെല്ലാം പഠനവിധേയമായി. സമൂഹത്തിന്റെ പഴക്കം, പൂർവ്വികരുടെ ചരിത്രം, വംശവൃക്ഷങ്ങൾ, സമൂഹത്തിലെ സ്ഥാനങ്ങളും ബന്ധങ്ങളും, മെറ്റാഫിസിക്സ് ഇവയെല്ലാം ശബ്ദശാസ്ത്രത്തിലൂടെ ഗ്രഹിയ്ക്കാമെന്ന് എത്ത്നോഗ്രാഫി, എത്ത്നോമ്യൂസിക്കോളജി മുതലായ ശാഖകൾ തെളിയിച്ചു.

ന്യൂ ഗിനിയയിലെ ട്രോബ്രിയാന്റ് ദ്വീപിലെ ആളുകൾക്ക് ഔഷധപ്രയോഗത്തിനു മുമ്പ് മന്ത്രജപമുണ്ട്. അവർ പായകളുടെ ഇടയിൽ ഔഷധച്ചെടികൾവെച്ച് മൂടിക്കെട്ടിവെച്ച് ഒരു ചെറിയദ്വാരമുണ്ടാക്കി, അതിനോട് ചുണ്ട് ചേർത്തുവെച്ച് പായ്ക്കകത്തെ ഔഷധത്തിലേക്ക് മന്ത്രം ജപിയ്ക്കും ശബ്ദം, ശ്വാസം, മനുഷ്യഭാഷ, മന്ത്രജപം, ഔഷധസസ്യം ഇവയുടെ ചികിത്സാശക്തിയെ അവർ ഒന്നായിക്കാണുന്നു. മാത്രമല്ല ജീവിച്ചിരിക്കുന്ന ഒരാളുടെ (ചികിത്സകന്റേയും രോഗിയുടേയും) ആത്മശക്തി പണ്ടു ജീവിച്ചിരുന്ന പൂർവ്വികരുടെ ആത്മശക്തിയുടെ തുടർച്ചയാണെന്നും അവർ വിശ്വസിയ്ക്കുന്നു. കിഴക്കെ ഇന്തോനേഷ്യയിലെ അതാ-താനാ- ഐ വംശക്കാർ പൂർവ്വികരുടെവാക്കും, ശബ്ദവും അനുഗ്രഹമായി ലഭിക്കുമ്പോഴാണ് നമുക്ക് ഭാഷയും പൂർവ്വ ചരിത്രവും, ജ്ഞാനവും വെളിപാടായി കിട്ടുന്ന

തെന്ന് കരുതുന്നു. പാപ ന്യൂഗിനിക്കാരിലെ കാലൂയികൾക്ക് ആത്മാക്കളുടെ ശബ്ദവും, മഴക്കാടുകളിലെ കിളിയൊച്ചകളും, മനുഷ്യർ പാടുന്നതും കരയുന്നതും തമ്മിൽ വ്യത്യാസമേ ഇല്ല. വടക്കു പടിഞ്ഞാറൻ ആഫ്രിക്കയിലെ ഡോഗോണുകൾക്ക് ആത്മാവിന്റെ ശബ്ദവും ഭാഷയും ഒന്നാണ്, ശബ്ദത്തിലാണ് ജീവശക്തി ഇരിക്കുന്നത് നാസികയ്ക്കും തൊണ്ടക്കും ഇടയിൽ കുടുങ്ങിയ അനുനാസിക ശബ്ദങ്ങൾ കേൾക്കുന്നവരുടെ ശാരീരികാരോഗ്യത്തിന് ഹാനികരമാണെന്നവർ കരുതുന്നു. ബ്രസീലിലെ കൈംഗങ്ങുകൾ ശ്രുതി, മുഖഭാവം, ശരീരത്തിന്റെ സ്ഥാനം എന്നിവയെല്ലാം മാറ്റിയാണ് സംവദിക്കുക. സിയോക്സുകൾ ഈശ്വരനോട് പ്രാർത്ഥിക്കുമ്പോൾ ശ്രുതി ഉയർത്തി ഉച്ചത്തിൽ ശബ്ദിക്കും, ഏതാണ്ട് ഒരു ഉച്ചത്തിലുള്ള നിലവിളിപോലെ. പള്ളിയിൽ ഈശ്വരനോട് മന്ത്രിക്കുകയാണ് ചെയ്യുക.

ഇന്ത്യയിൽ അനേകം വൈവിദ്ധ്യമാർന്ന ജൈവവർഗ്ഗങ്ങളും മാനവവംശങ്ങളുമുണ്ട്. ഇവിടത്തെ ഭക്തിസംഗീതം, നാമജപം എന്നിവ ഭക്തനും ഭഗവാനും തമ്മിലുള്ള നേരിട്ടസംവാദമാണ്. അതിൽ പരിഭവിക്കാനും ശകാരിയ്ക്കാനും അടക്കം സ്വാതന്ത്ര്യമുണ്ട്. അമ്മയും കുഞ്ഞും പോലെ, കാമുകീ കാമുകന്മാർ പോലെ, സുഹൃത്തുക്കളെപോലെ, യജമാനനും ദാസനും പോലെ- എല്ലാ രീതിയിലും സ്വതന്ത്രസംവാദമുണ്ട്. സർവ്വ നിയമങ്ങൾക്കും അതീതമാണത്, വാക്ക്, ശബ്ദം, മന്ത്രം, ഭക്തി, സംഗീതം, എന്നിവയെ ഔഷധപ്രയോഗം, യോഗസമ്പ്രദായം എന്നിവയോട് ചേർത്ത് ഇന്ത്യയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നു. ദക്ഷിണേന്ത്യയിലെ പളിയന്മാർ 40 വയസ്സുവരെയേ സംസാരിയ്ക്കൂ. അതുകഴിഞ്ഞാൽ മൗനവ്രതമെടുത്ത് മുനിയാവും മുനിമടകളിൽ നിശ്ശബ്ദരായിരുന്ന് ധ്യാനിക്കുന്ന പഴയ

സമ്പ്രദായത്തിന്റെ തുടർച്ചയാണത്. പാളിയം, പാലിയം, പള്ളി മുത ലായ വാക്കുകൾ പളിയ ശബ്ദത്തിൽ നിന്നുണ്ടായതാണ്. ഇന്ത്യ യിൽ സംഗീതം കേൾക്കുന്നവർ കൈമുദ്ര, കൈവീശൽ, സബാഷ്, ബലേ, മുതലായ ശബ്ദങ്ങൾ, തലയാട്ടൽ എന്നിവയിലുടെയാണ് പ്രതികരണമറിയ്ക്കുക. അടുത്തകാലം വരെ കൈകൊട്ടൽ ഗായ കരോടുള്ള അവഗണനയായിട്ടാണ് കരുതിയിരുന്നത്. ശ്രാദ്ധത്തിന് കാക്കയെ വിളിയ്ക്കാൻ മാത്രമെ ഇന്ത്യക്കാർ പണ്ടു കൈ കൊട്ടുക യുള്ളു. ഇപ്പോൾ പാട്ടിനും ഡാൻസിനും ഡ്രാമയ്ക്കും പ്രസംഗ ത്തിനും മാത്രമല്ല, വിളക്കു കൊളുത്തുന്നതിനുപോലും ഇന്ത്യക്കാർ കൈകൊട്ടാൻ തുടങ്ങിയിരിക്കുന്നു! ജപ്പാനിൽ ഐെസുച്ചി (aizuchi) യിൽ ശ്രോതാവ് ഹൈ, ഉം മുതലായ ശബ്ദങ്ങൾ കൊണ്ട് താൻ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു എന്നറിയിക്കുന്നു. ഇത് ഏറ്റവും മന്ദ്രശ്രുതി യിലെത്തുമ്പോഴോ താരത്തിലേക്ക് ആരോഹണം ചെയ്യുമ്പോഴോ ആണ് പറയുക. അതായത് ശബ്ദ വ്യതിയാനങ്ങളെ സൂക്ഷ്മമായി ഗ്രഹിച്ചാലേ പ്രതികരണം സാധിയ്ക്കൂ. എന്ത് എപ്പോൾ പറയണം, എങ്ങനെ പ്രതികരിയ്ക്കണമെന്ന അറിവ് രസികനുണ്ടാവണം മെക്സിക്കോയിലെ തെനെജപയിൽ നേർത്തെ പരാമർശിച്ചപോലെ ജപ്പാനിലും ശബ്ദത്തെ മാത്രം ചർച്ചചെയ്യുന്ന (ശബ്ദത്തെക്കുറിച്ച ശബ്ദം) ഒരു ഭാഷയുണ്ട്. ഇന്ത്യയിലെ ശബ്ദശാസ്ത്രം അങ്ങനെ ഒന്നാണ് എന്നറിയാമല്ലൊ. ആളുകൾ തമ്മിൽ കണ്ടുമുട്ടി സംസാ രിക്കുമ്പോൾ അവർക്കിടയിലെ അകൽച്ചയുടെ യവനിക നീക്കു ന്നതും പ്രത്യേകിച്ച് അർത്ഥമില്ലാത്തതും വികാരസാന്ദ്രവുമായ ശബ്ദങ്ങൾ ഈ ഭാഷകളിലൊക്കെയുണ്ട്, മെലനോവ്സ്ക്കി ഇത്തരം ശബ്ദങ്ങളെ പരാമർശിച്ചിട്ടുണ്ട്. ഇവിടെ പദം ശബ്ദ ത്തിന്റെ വാഹകൻമാത്രമാണ് (മറിച്ചല്ല) അത് ശബ്ദത്തിന്റെ സ്വപ്ര

കാശകത്വം കാണിയ്ക്കുന്നു. (ബ്രഹ്മസൂത്രത്തിൽ പറയുന്നതു പോലെ) ഒരു മനുഷ്യൻ എപ്പോഴും ഒരുപോലെയല്ല സംസാരി യ്ക്കുക പരിസ്ഥിതി, കൂടെയുള്ളവരുടെ മനോനില, ശ്രോതാക്ക ളുടെ ആസ്വാദന ശേഷി, പ്രായം ഇതൊക്കെയനുസരിച്ചാണ് നമ്മുടെ സംസാരവിഷയവും അതിന്റെ ശൈലികളും ബുറുന്ദിയിലെ ഒരു കർഷകൻ സ്വാഭാവികമായി വാചാലനാണ്. പക്ഷെ യജമാ നനു മുമ്പിൽ പഞ്ചപുഛമടക്കിനിന്ന് ഒന്നോരണ്ടോ വാക്കേ പറയൂ ഗ്രാമസഭയിൽ നീതിപതിസ്ഥാനത്ത് (മുഖ്യൻ) ഇരുന്ന് ധർമ്മ നിർണ്ണയം ചെയ്യുമ്പോൾ ഗാംഭീര്യത്തോടെയാണ് സംസാരം അതു പോലെയണ് നമ്മളോരോരുത്തരും ഇതെല്ലാം കണക്കിലെടുത്തു വേണം പരിചയമില്ലാത്ത ഒരു സംസ്ക്കാരത്തെ ബാർബേറിയൻ എന്ന് വിളിക്കുന്നതിലെ അപാകത അളക്കാൻ,

രണ്ട് അമേരിക്കക്കാർ തമ്മിൽ കണ്ടുമുട്ടിയാൽ മൗനത്തിന്റെ ശരാ ശരി ഇടവേള 0.74 സെക്കന്റാണ് ജപ്പാനിൽ അത് 5-15 മുതൽ 8.5 സെക്കന്റുവരെയാണ്. ഇന്ത്യക്കാരുടെ ശ്രുതി വ്യത്യാസങ്ങൾ കേട്ട് ഇവിടെ വന്ന ആദ്യത്തെ യൂറോപ്യന്മാർ ഇന്ത്യക്കാർക്ക് മര്യാദയില്ല എന്നും ഒന്നും തീർച്ചയായി അറിയില്ലെന്നും ഒക്കെ പറഞ്ഞു. ഇന്ത്യൻ ഭാഷകളിലെ സംഗീതാത്മകത എന്ന ഗുണത്തെയാണ് സംശയാത്മകത, ഒന്നും തീർച്ചയിലായ്മ Authority ഇല്ലായ്മ എന്ന് അവർ തെറ്റിദ്ധരിച്ചത്. ഈ ക്രോസ് കൾച്ചറൽ തെറ്റിദ്ധാരണ മാറാൻ ഏറെ കാലമെടുത്തു (Stephanie Maston. & Lyn Daruley. the Teaching Voice-London. Whurr publishers 2004) ഇന്നും തെറ്റിദ്ധാരണ പൂർണ്ണ മായി മാറിയിട്ടില്ല എന്നാണ് അനുമാനിയ്ക്കേണ്ടത്.

വ്യാപാരരംഗത്ത് ഒരു ഗ്ലോബൽ ശബ്ദം വേണം TV, റേഡിയോ മാദ്ധ്യമങ്ങളിലൂടെ ശബ്ദത്തിന്റെയും ഭാഷയുടെയും തനിമ നഷ്ട

പ്പെട്ടുവരികയാണ് കോൾ സെന്ററുകൾ ശബ്ദത്തെ മാത്രം ആധാരമാക്കി പ്രവർത്തിക്കുന്നു. ഇന്ത്യയിൽ ഒരു ലക്ഷത്തി എഴുപതിനായിരം പേർ കോൾസെന്ററുകളിൽ ജോലിചെയ്യുന്നു. Accent training എന്ന പേരിൽ Accent neutralisation അവിടെ നടക്കുന്നു. ഈ ജോലിയുടെ Excellance നിർണ്ണയിക്കുന്നത് ശബ്ദത്തെ accent മാറ്റി ഇംഗ്ലീഷികരിച്ചിട്ടാണ് (ഇന്ത്യൻ ഇംഗ്ലീഷിന്റെ accent ൽ പറഞ്ഞാൽ പോര) അങ്ങനെ പറയുന്നവർക്കാണ് മാർക്കറ്റ്. ഇതിനുകാരണം പരസ്പരബന്ധം ഉറപ്പാക്കാൻ ആ aecent പറയണമെന്നാണ്. ഇതിന്നായി രാപ്പകൽ accent മാറ്റിപ്പറയുന്ന ഒരു വിഭാഗം ആളുകൾക്ക് ശബ്ദത്തിൽ strain, stress, vocal injury വരുന്നുണ്ട് സ്ത്രീ ശബ്ദത്തെ മാറ്റിയെടുത്ത് പുരുഷശബ്ദത്തിന്റെ monoculture ആക്കാനുള്ള ശ്രമത്തിലാണെങ്കിൽ, ഇവിടെ മാറ്റാൻ ശ്രമിക്കുന്നത് aecent ന്റെ monoculture ആക്കാനുള്ള ശ്രമത്തിലാണ്. ഇവിടെ ഒരു പ്രസക്തചോദ്യം. ഒന്നല്ല പല ചോദ്യം

1. സ്ത്രീ ശബ്ദം സ്ത്രീശബ്ദമായിത്തന്നെ ഇരുന്ന് ജൈവവൈവിദ്ധ്യം സംരക്ഷിച്ചുകൊണ്ടും അതിനെ മനസ്സിലാക്കാനും സ്നേഹിക്കാനും സാധിയ്ക്കില്ലേ?

2. ഇംഗ്ലീഷുഭാഷ ഏതു രാജ്യത്തിന്റെ aecent ൽ പറഞ്ഞാലും ഇംഗ്ലീഷല്ലേ? അതിനെ മനസ്സിലാക്കാനും സ്നേഹിക്കാനും ഇംഗ്ലീഷ് മാതൃഭാഷയായ ഒരു ഗ്ലോബൽ സമൂഹത്തിനെന്താ പ്രയാസം?

3. ജൈവവൈവിദ്ധ്യവും വംശവൈവിദ്ധ്യവുമുള്ള ട്രോപ്പിക്കൽ മഴക്കാടുകൾ വെട്ടിമാറ്റി ഒരേ തരത്തിലുള്ള റബ്ബറോ യൂക്കാലിപ്ടസ്സോ നട്ടപോലെയുള്ള മോണോകൾച്ചർ അശാസ്ത്രീയത നമ്മൾ ശബ്ദത്തോടും കാട്ടണോ? ശബ്ദം, ഭാഷ, സംഗീതം എന്നിവ അതാത് ഭൂഭാഗത്തിന്റെ തനിമയോടെ നിലനിർത്തിക്കൊണ്ടുതന്നെ, ഗ്ലോബൽ സംവേദനം സാദ്ധ്യമാകുന്ന രീതിയിൽ പരസ്പരം അറിയാനും സ്നേഹിക്കാനും സാധിയ്ക്കുന്നതല്ലേ യഥാർത്ഥ മാനവീയത? രാഗ

ചികിത്സകരുടെ ശബ്ദത്തിലും സംഗീതത്തിലും ഈ തനിമയും ദേശീയ, അന്തർദ്ദേശിയ തലങ്ങളിലെ ശാന്തിയും സ്നേഹവും നിലനിൽക്കണം മ്യൂസിക്ക് തെറാപ്പി എന്ന പേരിൽ പാശ്ചാത്യസംഗീതവും Fusion ഉം ഇറക്കുമതി ചെയ്യുന്നതല്ല രാഗചികിത്സ ഇവിടത്തെ നാടോടി, ട്രൈബൽ, ക്ലാസിക്കൽ സംഗീതങ്ങളുടെയെല്ലാം തനിമ കാത്തുകൊണ്ടുതന്നെ, ആയൂർവ്വേദ, യോഗശാസ്ത്രാനുസൃതമായും, ആധുനിക റിസർച്ച് സൗകര്യങ്ങൾ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിയും ഇതിനെ വികസിപ്പിച്ചെടുക്കേണ്ട ചുമതല നമുക്കുണ്ട്. വാമൊഴി സംസ്ക്കാരങ്ങളിൽ പൗരന് നിയമത്തോടും ഭരണകൂടത്തോടുമുള്ള ധർമ്മം ശ്രുതിയിലൂടെയാണ്. അദ്ധ്യാപനവും അദ്ധ്യയനവും ശക്തമായ സംവേദനങ്ങളാണ്. വാമൊഴി ജ്ഞാനം കൈമാറുന്നത് മെറ്റഫറുകളിലൂടെയാണ്. അവിടെ ഞാൻ കേൾക്കുന്നു, ഞാൻ ശ്രദ്ധിക്കുന്നു എന്നു പറയുന്നത് ഞാൻ ഗ്രഹിക്കുന്നു എന്നതിനുതുല്യമാണ്. കേൾക്കലും ശ്രദ്ധിക്കലും അറിയലുംകൂടി ന്യൂഗിനിയിലെ ഒമിനുറ ജനതയ്ക്കും ഇന്ത്യക്കാർക്കും വ്യത്യാസമില്ല. ശ്രദ്ധാവാൻ ലഭതേജ്ഞാനം എന്ന് ശ്രീകൃഷ്ണൻ ഗീതയിൽ പറഞ്ഞു. ഹെറാക്ലിറ്റസ് Ksuriemi എന്ന പദത്തിന് (know by hearing) കൊടുത്ത അർത്ഥവും icro ന് ഒമിനുറകൾ കൊടുത്ത ദ്വയാർത്ഥവും (കേൾക്കുക, അറിയുക) തമ്മിൽ ഭേദമില്ല. പ്ലാറ്റോ പറഞ്ഞത് ഒരുപാട് കാര്യങ്ങൾ കേൾക്കുന്നവർ ഒരുപാടു കാര്യങ്ങൾ അറിയുന്നു എന്നാണ്. കേൾക്കുക എന്നു വെച്ചാൽ വിശ്വസിക്കുക എന്നാണർത്ഥമെന്ന് കാൽവിൻ പറഞ്ഞു. ശബ്ദത്തിൽ നിന്നാണ് ഈശ്വരൻ പ്രപഞ്ചമുണ്ടാക്കിയതെന്ന് ഇന്ത്യക്കാരും ഇസ്രായേലിലെ യഹൂദരും ക്രൈസ്തവരും വിശ്വസിക്കുന്നു. നവോത്ഥാനകാലത്ത് ശബ്ദത്തിൽ നിന്നല്ല ദർശനത്തിൽ നിന്നാണെന്ന് യൂറോപ്യൻ ശാസ്ത്രം ഇതിനെ മാറ്റി

എഴുതി (Acoustics ൽ നിന്ന് optics ലേക്ക് മാറ്റി) ഈശ്വരൻ ശബ്ദം/ കമ്പനം/ തരംഗം/ പ്രകാശപരമാണു എന്ന് ശ്രുതിയും ദർശനവു മായി ജ്ഞാനം തരുന്നു എന്നാണ് ഇന്ത്യൻ ശബ്ദശാസ്ത്രം. ഇന്നത്തെ ക്വാണ്ടം ഫിസിക്സുമായി ഒത്തുപോകുന്ന ഒന്നാണത്. വരമൊഴി, ലിപിയായി രേഖപ്പെടുത്തി വെച്ചതാണ്. അതിന് ഒരു പാട് പരിമിതികളുണ്ട്. ശ്രുതിയുടെ സർഗ്ഗശക്തിയോ സ്വാതന്ത്ര്യമോ അതിലില്ല എന്ന് അമ്മയും കുഞ്ഞും തമ്മിലുള്ള സംവേദനത്തി ലൂടെ വ്യക്തമായല്ലൊ. ശബ്ദം ഒരു സംഭവമാണ് (Event) എഴുത പ്പെട്ട ഒരു ഗ്രന്ഥവരി അഥവാ ലിപി ഒരു വസ്തു (a thing) ആണ്. ലിപിയ്ക്കോ കമ്പ്യൂട്ടറിനോ പുസ്തകത്തിനോ ഒന്നും അമ്മയുടെ വാമൊഴിയെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യാനാവില്ല. മനുഷ്യ ശബ്ദത്തെ പ്രതിനിധാനം ചെയ്യാൻ ഒരുപകരണത്തിനുമാവില്ല. കാരണം ശബ്ദവും ശബ്ദസംവേദനത്തിനുള്ള മനുഷ്യശരീരവും ദൈവ ത്തിന്റെ അഥവാ പ്രകൃതിയുടെ സൃഷ്ടിയാണ്. മറ്റെല്ലാം മനുഷ്യ നിർമ്മിതമാണ്. വാമൊഴിയുടെ സ്വഭാവികത ഉപേക്ഷിച്ച് വരമൊഴി യിൽ സംസാരിക്കുന്ന കവികളും പണ്ഡിതന്മാരും ഉണ്ട് അവരറി യുന്നില്ല, അവർ സ്ത്രീശബ്ദത്തെയും call centre ലെ aecent കളെയും എന്ന പോലെ, സ്വന്തം മാതൃഭാഷയെ neutralise ചെയ്യുക യാണെന്ന്! ഡെറിഡയോ Mchuhan ഓ വിചാരിയ്ക്കുന്ന പോലെ ശ്രുതിയും ദർശനവും ഇന്ത്യൻ ശബ്ദ ശാസ്ത്രജ്ഞർക്ക് ശത്രു ക്കളോ മത്സരിക്കുന്നവരോ അല്ല- പരസ്പരപൂരകങ്ങളാണ്. ഗ്രന്ഥം ഒരാൾ വായിച്ച് അർത്ഥം പറഞ്ഞ് എല്ലാവരും കൂടി പങ്കിടേണ്ട ഒന്നാ യിട്ടാണ് ആദ്യകാലത്ത് ഉണ്ടായത്. ഇന്നും അതങ്ങിനെ ഇന്ത്യയിൽ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. (സപ്താഹം) ഒരു കുഞ്ഞിന് മാതാപിതാ ക്കൾ കഥ വായിച്ചു കൊടുക്കുന്നപോലെ, ഗുരു ഗ്രന്ഥത്തെ അനേകം

പേർക്ക് വേണ്ടി വായിക്കുന്നു. വാമൊഴി, വരമൊഴി ചേർന്ന ഒരു കഥാകാലക്ഷേപം/കഥാപ്രസംഗം/ എന്ന സംഗീതശില്പം ഇങ്ങനെ ഉണ്ടാവുന്നു. രാഗ ചികിത്സയിൽ രോഗിയും ചികിത്സകനും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തിൽ സംഗീതം, സംഗീതത്തെക്കുറിച്ച സംവേദനം, രണ്ടുപേരുടേയും സംഗീതാനുഭവം പങ്കിടൽ എന്ന MLP എന്നിങ്ങനെ ഒട്ടനവധിവശങ്ങളുണ്ട്. രോഗി കുഞ്ഞും ചികിത്സകൻ അമ്മയുമാണവിടെ, പരസ്പരം സ്നേഹവും വിശ്വാസവും ഉണ്ടാക്കിയെടുക്കലാണതിന്റെ കാതൽ. ഗുരുവും അമ്മയും പ്രഭാഷകനുമൊക്കെ (ശിഷ്യനിൽ, കുഞ്ഞിൽ, ശ്രോതാവിൽ) വിശ്വാസം ജനിപ്പിക്കുന്നത് ഉള്ളിൽ സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങൾ ഉള്ളതുകൊണ്ടാണ്. രാഗചികിത്സകനും ആദ്യത്തെ പടി സ്വയം സ്നേഹ സമ്പന്നനാവുക, കാരുണ്യവാനാവുക എന്നതാണ്. (ഇത് നമ്മുടെ ത്രിഗുണാത്മക പ്രകൃതി നമുക്ക് തന്ന വാസനയുമാണ്)

നമ്മുടെ ശബ്ദം നമ്മുടെ ആത്മാവാണ്. അതിനെ മാറ്റാതെ സ്വന്ത ശബ്ദത്തിൽത്തന്നെ പാടി, നമ്മുടെ ആത്മാംശമായ സ്നേഹ സാന്ത്വനങ്ങൾ പകർന്നുകൊടുക്കുന്നതോടൊപ്പം, എല്ലാരീതിയിലും നമ്മുടെ അടുത്തു വരുന്നവർക്ക് (രോഗി എന്നതിനേക്കാൾ മനുഷ്യർ എന്നു വിളിയ്ക്കാൻ ഞാൻ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു) വീട്ടിൽ കേൾക്കാൻ അനുയോജ്യമായ ഏറ്റവും നല്ല ശബ്ദവും നല്ല ഗാനവും രാഗവും, അത് കേൾക്കേണ്ടവിധവും പറഞ്ഞുകൊടുക്കുക. വേറിട്ടൊരു ശബ്ദത്തിന്റെ ഉടമയാണ് നാമോരോരുത്തരുമെന്നും എന്റെ ഇഷ്ടം അടിച്ചേല്പ്പിക്കലല്ല, ആവശ്യക്കാരനായി വന്ന രോഗിയുടെ രോഗശാന്തിയാണ് ലക്ഷ്യമെന്നും (Result oriented approach) സദാ ഓർക്കുക. ഇങ്ങനെ ഓർക്കുന്ന രാഗചികിത്സകന്റെ ശബ്ദം തീർച്ചയായും ശ്രദ്ധിയ്ക്കപ്പെടും.

കാലത്തിന്റെ സംഗീതം

കഴിഞ്ഞ നാല് അദ്ധ്യായങ്ങളിലായി നമ്മൾ ചർച്ച ചെയ്തത് ഗർഭാവസ്ഥയിലും, ജനിച്ച ശേഷവും ഒരു മനുഷ്യ ശിശുവിന്റെ ശാരീരിക, മാനസിക, ബൗദ്ധികാരോഗ്യത്തിനും വളർച്ചയ്ക്കും മനുഷ്യശബ്ദത്തിന്റെ, പ്രത്യേകിച്ചും അമ്മയുടെ ശബ്ദത്തിന്റേയും പാട്ടിന്റേയും സ്വാധീനവും, ഇക്കാര്യത്തെക്കുറിച്ച് രക്ഷിതാക്കളും രാഗ ചികിത്സകരും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട പ്രധാനവിഷയങ്ങളുമാണ്. ഉപകരണ സംഗീതത്തേക്കാൾ വായ്പ്പാട്ടും വരമൊഴിയേക്കാൾ വാമൊഴി എന്ന ശ്രുതിയും എന്തുകൊണ്ട് കുഞ്ഞിന്റെ വളർച്ചയിൽ പ്രധാനമാണ് എന്നും ഈ ഭാഗം ചർച്ച ചെയ്തു. ഈ അദ്ധ്യായത്തിൽ ജ്യോതിശ്ശാസ്ത്രത്തിലെ ഋതുചക്രപ്രവർത്തനം, അതനുസരിച്ച കാലത്തിന്റെ താള ബോധം, ഋതുകാലങ്ങളിൽ പ്രകൃതി ഉണ്ടാക്കുന്ന ഔഷധി വനസ്പതികളുടേയും അന്നത്തിന്റേയും ജൈവവൈവിദ്ധ്യം കണ്ടും അനുഭവിച്ചും ഒരു ജനതയ്ക്കുണ്ടാവുന്ന ഔഷധവിജ്ഞാനീയവും ആയുർവ്വേദവും, ഈ താളമനുസരിച്ച ജീവിതചര്യയും സംഗീതവും എന്നിവയെ ചുരുക്കി പറയാം. ജ്യോതിഷം, ആയുർവ്വേദം, സംഗീതം എന്നിവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം അടുത്ത രണ്ട് അദ്ധ്യായത്തിൽ (സങ്കീർണ്ണമായ ഗണിതക്രിയകളൊന്നും തന്നെ ഉൾപ്പെടുത്തതെ) ലളിതമായി പ്രതിപാദിക്കുകയാണ്. ട്രോപ്പിക്കൽ മഴക്കാടുകളുടെ കാലാവസ്ഥയും മൺസൂൺകാറ്റും അനുഭവിയ്ക്കുന്ന ഒരു ഭൂഭാഗത്തിന്റെ ജ്ഞാനശേഖരത്തിലെ ഔഷധവിജ്ഞാനീയമാണ് ഇന്ത്യയിലെ ആയൂർവ്വേദം.

കാലത്തെക്കുറിച്ച നമ്മുടെ അവബോധം നമ്മുടെ ആരോഗ്യത്തെ സ്വാധീനിയ്ക്കുന്നു. രോഗിയും വൈദ്യനും തമ്മിൽ

കാലത്തെക്കുറിച്ച ബോധത്തിൽ ഏകതാനത പുലർത്താൻ എളുപ്പമുണ്ടെന്ന് Annals of Internal medicine Â (Special Millenium Issue Time & Medicine Jan 2000 vol 132 No:1) വായിച്ചപ്പോൾ ആയുർവ്വേദവും ജ്യോതിഷവും അതിനനുസരിച്ച സംഗീതശാസ്ത്രത്തിലെ കാലവും തമ്മിലുള്ള ഏകതാനത പുലർത്തിയ നമ്മുടെ പൂർവ്വികരുടെ ശാസ്ത്രബോധത്തെക്കുറിച്ചോർത്തു. ഋതുക്കളേയും ത്രിഗുണങ്ങളേയും ആധാരമാക്കിയതാണ് നമ്മുടെ ആയുസ്സിന്റെ വേദം ഉപയോഗിക്കുന്ന ഋതുരാഗങ്ങളും അവയുടെ ഉൾപ്പിരിവുകളും. സൂര്യോദയങ്ങൾ, അസ്തമയങ്ങൾ, ശുക്ലകൃഷ്ണപക്ഷങ്ങൾ, നക്ഷത്രവ്യൂഹോദയങ്ങൾ, ദിനരാത്രങ്ങൾ, മഴക്കാറ്റുകൾ, ഋതുക്കൾ എന്നിവയുടെ താളമാണ് കാലത്തിന്റെ താളം. അതനുസരിച്ചാണ് ജൈവസമൂഹങ്ങൾ വളരുന്നത്. കൊയ്തും മെതിയും വനവിഭവശേഖരണവും അതോടനുബന്ധിച്ച പാട്ടും കളിയും ഉത്സവവുമെല്ലാം അതിനാൽ മനുഷ്യൻ പ്രകൃതിയോടൊത്ത് അനുഭവിച്ച് ആഘോഷിയ്ക്കുന്നു. ഈ കാലചക്രതാളത്തിൽ ഉറക്കവും ഉണർച്ചയും ആർത്തവവും ജനിമൃതികളും രതിയും വിരക്തിയും ശൈശവവും വാർദ്ധക്യവും ഗ്രാമീണപുരാവൃത്തങ്ങളിലെ പുരാവൃത്തങ്ങളും ഇഴ ചേരുന്നു. മനുഷ്യ ശരീരത്തിലെ ശരീരചക്രതാളങ്ങളും ഹൃദയതാളങ്ങളും ശ്വാസതാളങ്ങളും പ്രപഞ്ച ശരീരത്തിലെ കാലതാളങ്ങളും ഒരേ രീതിയിൽ പ്രവർത്തിക്കുന്നതു നിരീക്ഷിച്ച് അതിനെക്കുറിച്ച് അവബോധം വന്ന ആൾക്കുമാത്രമേ അതുപോലെ ആവർത്തന മുള്ള ഒരു പുനർജ്ജന്മത്തെക്കുറിച്ച് ചിന്തിയ്ക്കാനാവൂ.

നമ്മുടെ പൂർവ്വികർ കാലത്തെ എണ്ണുകയും അളക്കുകയും ചെയ്യുന്നതിന് എത്രയോ സഹസ്രാബ്ദം മുമ്പ് അതിനെ കണ്ടും കേട്ടും അനുഭവിച്ചും ഉൾക്കൊണ്ടിരിയ്ക്കണം. എല്ലാ ഗോത്രവർഗ്ഗങ്ങളു

ടേയും അനുഷ്ഠാനജീവിതം സ്വാഭാവികമായ പ്രപഞ്ചതാളത്താലാണ് നിയന്ത്രിയ്ക്കപ്പെട്ടിരുന്നത്. ഇന്നും അതിന്റെ അവശിഷ്ടങ്ങളെല്ലാം ഇന്ത്യക്കാരുടെ ഉത്സവങ്ങളിൽ കാണാം, പൂജാസമ്പ്രദായങ്ങളിൽ കാണാം. നായാടിയും വനവിഭവം ശേഖരിച്ചും ആടു മേച്ചും നടന്ന കാലം മുതലേ മനുഷ്യൻ സമൂഹജീവിയാണ്. ഒന്നിച്ചു ജീവിക്കുക, സംവദിക്കുക, പരസ്പരം പങ്കിട്ട് പാടി ആനന്ദിക്കുക, ജോലിചെയ്യുക, ദുഃഖത്തിൽ പങ്കാളികളാവുക ഇതൊക്കെ മനുഷ്യനെ ആരോഗ്യകരമായിരിക്കാനും അതിജീവനത്തിനും സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. പ്രകൃതിദേവതകളായ നക്ഷത്ര, സൗരയൂഥാദികളും പഞ്ചഭൂതങ്ങളും, മരവും, മൃഗവും, പക്ഷിയും നമ്മുടെ പൂർവ്വികർക്ക് പൂർവ്വികരായിരുന്നു അന്യരായിരുന്നില്ല. പ്രകൃതിയോടിണങ്ങിലയിച്ചു കൊണ്ടുള്ള ഈ ജീവിത ശൈലിയിൽ ജ്യോതിഷവും ആയുർവ്വേദവും സംഗീതനൃത്തങ്ങളും, ഉത്സവവും പ്രകൃതി പൂജയും ഒക്കെ ഒന്നിച്ചു വളർന്നുവന്നു ഒന്നിനെ ഒന്നിൽനിന്നു വേർതിരിച്ചുകാണാനാവാത്തവിധം അവയെല്ലാം പരസ്പരം ബന്ധപ്പെട്ടുകിടക്കുന്നു.

ആരോഗ്യം സംരക്ഷിക്കേണ്ടത് സമൂഹത്തിന്റെ ഒരാവശ്യമായിരുന്നത് മരണഭയം കൊണ്ടായിരുന്നില്ല. പുനർജ്ജന്മത്തിൽ വിശ്വസിക്കുന്നവർക്ക് മരണം ഒരു നീണ്ട ഉറക്കമാകയാൽ അതിൽ ഭയമില്ല. രോഗം പകരുമെന്ന ഭയവും അവർക്കില്ലായിരുന്നു. പിന്നെ എന്തായിരുന്നു ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന്റെ ഉദ്ദേശം അത് പ്രകൃതിയുടെയും ജീവിതത്തിന്റേയും താളം തെറ്റിയ്ക്കുന്നു. ത്രിഗുണങ്ങളുടെ സാമ്യമാണ് ആരോഗ്യം. ആതാളം തെറ്റിയ്ക്കുന്നത് അനാരോഗ്യമാണ്. അതായിരുന്നു നമ്മുടെ പൂർവ്വികരുടെ താളബോധം മരണത്തെകുറച്ചു ദിവസംകൂടി മാറ്റി നിർത്തുക എന്ന ഒരു ലക്ഷ്യം

ഇന്നത്തെ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിനെന്നപോലെ, അന്നത്തെ വൈദ്യ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ അജണ്ടയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നില്ല. ജനിമൃതികൾക്കി ടയിലുള്ള ഇടവേളയിൽ പ്രകൃതിയും മനുഷ്യനും സമൂഹവും തമ്മി ലുള്ള താളം തെറ്റാതെ ക്രമീകരിച്ച് ആനന്ദമായി തൃപ്തിയോടെ ജീവിയ്ക്കാൻ ഓരോ വ്യക്തിയേയും സഹായിക്കുക എന്ന ലക്ഷ്യമേ ഉണ്ടായിരുന്നുള്ളൂ. പ്രപഞ്ചത്തോട് സഹകരണവും പ്രകൃതിലയവും ദോഹനവുമല്ലാതെ, ചൂഷണം അന്നത്തെ മനുഷ്യരുടെ ശാസ്ത്ര ങ്ങൾക്ക് ലക്ഷ്യമായിരുന്നില്ല. അതിനാൽ ലക്ഷ്യത്തിലും മാർഗ്ഗ ത്തിലും ആയുർവ്വേദവും ആധുനികവൈദ്യശാസ്ത്രവും വളരെ വ്യത്യസ്തമാണ്.

മനുഷ്യർ മരണത്തിലും വിവാഹത്തിലും ജനനത്തിലും ഒക്കെ (ദുഃ ഖത്തിലും സുഖത്തിലും) സംഗീതോപകരണങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് പാടുകയും നൃത്തം വെയ്ക്കുകയും ചെയ്തു. ശരീരത്തിന്റെ നശ്വ രതയും ആത്മാവിന്റെ അനശ്വരതയും അറിഞ്ഞ വൈദ്യനും ത്രികാ ലജ്ഞാനിയായ ജ്യോതിഷിയും ഒരേ വ്യക്തിയിൽത്തന്നെ സമ്മേ ളിച്ചിരുന്നു. സമൂഹത്തിൽ ഈ ശാസ്ത്രങ്ങൾ അറിയുന്നവർക്ക് പ്രത്യേകസ്ഥാനം ഉണ്ടായിരുന്നു. നാടോടിവർഗ്ഗക്കാരിലും വനഗി രിവാസികളിലും ഈ പ്രധാന്യം നിലനിന്നു. മൂപ്പനാ ണ് ഏറ്റവും വലിയ വൈദ്യനും ജ്യോത്സ്യനും മന്ത്രശക്തിയുള്ള ആളും പൂജാ രിയുമൊക്കെ. നഗരങ്ങൾ വളർന്നുവന്നത്, ഇന്ത്യയിൽ മെഹ്ർഗാർഹ് കാലം എന്നറിയപ്പെടുന്ന 6000-7000 കാലത്താണ്. ഇക്കാലത്ത് നഗരത്തിൽ വൈദ്യം ഒരു പ്രൊഫഷൻ ആയി വളർന്നു- വനത്തിലെ ഔഷധി വനസ്പതികൾ കൊണ്ടുവന്ന് നട്ടു പിടിപ്പിച്ച് രാജാവിന്റേയും നഗരവൈദ്യന്റേയും സംരക്ഷണയിൽ വളർത്തുന്ന ഉപവനങ്ങൾ അഥവാ രാജവിഹാരങ്ങൾ എന്ന ഔഷ

ധത്തോട്ടങ്ങളുണ്ടായി. വൈദ്യം പഠിപ്പിക്കാൻ ഒരു പഠനക്രമമുണ്ടായി. ചിട്ടകളും നിയമങ്ങളും നിബന്ധനകളും ഉണ്ടായി. നഗരത്തിൽ ശുചിത്വബോധം വളർന്നുവന്നത് ആളുകൾ തിങ്ങിപ്പാർക്കുന്നതു കൊണ്ടാണ്. മോഹഞ്ജോദാരോ, ഹരപ്പ സംസ്ക്കാരത്തിൽ നഗരങ്ങളിലെ അഴുക്കുചാലുകൾ മൂടിയുള്ളവയായിരുന്നു എന്ന് ആർക്കിയോളജിസ്റ്റുകൾ കണ്ടെത്തിയിട്ടുണ്ട്. എന്തിനായിരുന്നു BC3500 ൽ അഴുക്കുചാലിന് മൂടിവെച്ചത്? നഗരഭരണസംവിധാനത്തിൽ ആരോഗ്യസംരക്ഷണത്തിന്റെ പ്രധാന്യം അറിയാത്ത ഒരു ജനത അതിന്നൊരുങ്ങുമോ? ആരായിരിക്കും ഈ സംവിധാനം ഏർപ്പെടുത്തിയത്? രാമായണ, മഹാഭാരത കാലത്ത് ശമ്പളം വാങ്ങുന്ന കൊട്ടാരം വൈദ്യന്മാരുണ്ട്. അവരുടെ കയ്യിലായിരുന്നു ജനതയുടെ ആരോഗ്യസംരക്ഷണം. സിന്ധുനദീതട സംസ്ക്കാര കാലം മുതൽ ബ്രിട്ടീഷ് ഇന്ത്യാകാലംവരെ ഇത്തരം വൈദ്യന്മാരാണ് ജനതയുടെ ആരോഗ്യം നഗരങ്ങളിൽ ക്രമീകരിച്ചിരുന്നത്. ഗ്രാമങ്ങളിലും വനങ്ങളിലും പഴയപോലെ ഗ്രാമ/ഗോത്രത്തലവന്മാരും. യൂറോപ്പിൽ, ഇന്ത്യയിൽ നിന്ന് ഈ സമ്പ്രദായം കണ്ടശേഷം, രാജാക്കന്മാർ ശമ്പളം കൊടുത്ത് കൊട്ടാരം വൈദ്യനെ നിയമിക്കാൻ തുടങ്ങി.

മരണത്തോട് സദാ തോല്ക്കുന്ന യുദ്ധം നയിക്കുന്ന ഒരു ശാസ്ത്രമാണ് ഇന്ന് ആധുനികവൈദ്യശാസ്ത്രം എന്നാൽ ട്രൈബൽ, തിബത്തൻ വൈദ്യങ്ങളിലോ ആയുർവേദത്തിലോ വൈദ്യൻ മരണത്തോട് മത്സരിക്കുന്നില്ല, പടവെട്ടുന്നുമില്ല- അവർക്ക് മരണം സ്വാതന്ത്ര്യമാണ്. പുതിയൊരു ശരീരമെടുക്കാനുള്ള തന്റെ സ്വാതന്ത്ര്യം ആത്മാവ് ഉപയോഗപ്പെടുത്തലാണ് മരണം. കാലം, ജീവിതം, ജനിമൃതികൾ, വ്യക്തിത്വം, ആരോഗ്യം എന്നിവയോടുള്ള സമീപനം

അതിനാൽ തികച്ചും വ്യത്യസ്തമാണ്. ജരാനരകൾ, വാർദ്ധക്യം എന്നിവ കൊണ്ടുള്ളത് സ്വാഭാവികമരണമാണ്. അകാലമരണം പ്രാണശക്തിയെ വേണ്ടവിധം വികസിപ്പിക്കാത്തതുകൊണ്ടാണെന്ന് ഇന്ത്യ, ചൈന, തിബത്ത് മുതലായ പൗരസ്ത്യരാജ്യങ്ങളിലെ വൈദ്യം കരുതുന്നു പ്രാണശക്തി വികസനത്തിന് പലമാർഗ്ഗങ്ങളുണ്ട്. പ്രാണായാമം, യോഗചര്യ, സംഗീതാഭ്യാസനം ഇവയൊക്കെ അതിൽപെടുന്നവയാണ്. ശിവശക്തി/ യിൻയാങ്/ സ്ത്രീ പുരുഷ ശക്തികളുടെ സമതുലനാവസ്ഥ, ത്രിഗുണസമീകരണം ഇവകൊണ്ട് സമൂഹത്തിന് രോഗമുക്തിയും ശാന്തിയും കൈവരുന്നു. ക്ലേശങ്ങൾക്ക് (വാർദ്ധക്യം, രോഗം ഉൾപ്പെടെ) പ്രതിവിധി ഇന്നിൽ ആരോഗ്യമായി ജീവിച്ച്, നാളെ എന്ന ഒരു പുനർജനിയെ നമുക്ക് നാം തന്നെ സൃഷ്ടിക്കലാണ് എന്ന് ബുദ്ധൻ പറഞ്ഞതുതന്നെയാണ് ആയുർവ്വേദത്തിന്റെയും രഹസ്യമാർഗ്ഗം. ക്ലേശങ്ങൾ ക്ലേശങ്ങളായിരുന്നില്ല, വെറും തോന്നലുകളായിരുന്നു എന്ന് ദേശകാലത്തിൽനിന്ന് കാലാതീതത്തിലേയക്ക് ബോധി തെളിയുമ്പോൾ അനുഭവപ്പെടുന്നു. ആ ബോധി തെളിയലിലേയ്ക്ക് മനുഷ്യനെ സന്നദ്ധനാക്കി പൂർണ്ണവികാസം പ്രാപിച്ച നിത്യനിരാമയരായ മനുഷ്യവർഗ്ഗത്തെ സൃഷ്ടിയ്ക്കലാണ് പൗരസ്ത്യ വൈദ്യ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം. Tme and Medical Education എന്ന ഒരു ലേഖനത്തിൽ വൈദ്യ വിദ്യഭ്യാസത്തിന്റെ യഥാർത്ഥലക്ഷ്യം പ്രശ്ന പരിഹാരത്തിനായി യുക്തിയുക്തം ചിന്തിയ്ക്കുന്ന മനുഷ്യരെ വാർത്തെടുക്കലാണ് എന്ന് പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത് ശ്രദ്ധേയമാണ്. യുക്തിചിന്തയോടൊപ്പം അദ്ധ്യാത്മികതയും കരുണയും കൂടി ചേർന്നാൽ ഒരാൾ ബുദ്ധനെപ്പോലെ മഹാഭിഷക്ക് ആയി. അത്രയ്ക്ക് സാധിച്ചില്ലെങ്കിലും, ഇന്നത്തെ വൈദ്യന്മാർ ആ ലക്ഷ്യത്തിലേക്ക് സഞ്ചരിക്കാൻ

ഒരു ശ്രമം നടത്തുകയെങ്കിലും ചെയ്യണമെന്നാണല്ലോ ആ ലേഖനത്തിന്റെ സന്ദേശം.

ലോകത്തിൽ എല്ലാജനതയ്ക്കും അവരവരുടേതായ വൈദ്യസമ്പ്രദായങ്ങളുണ്ട്. എല്ലാവരും അവനവന്റെ സമ്പ്രദായമാണ് നല്ലതെന്ന് വിചാരിയ്ക്കയും പറയുകയും അനുഭവത്തിലൂടെയും പരീക്ഷണങ്ങളിലൂടെയും സ്ഥാപിക്കാൻ ശ്രമിയ്ക്കയും ചെയ്യും അലോപ്പതി എന്നു വിളിയ്ക്കുന്ന ആധുനിക പാശ്ചാത്യവൈദ്യശാസ്ത്രം താരതമ്യേന പുതിയതാണ്. അവരുടെ ശക്തി സഹസ്രാബ്ദങ്ങളായിട്ടുള്ള അനുഭവസമ്പത്തല്ല. 400 വർഷമായി അനുദിനം പരിഷ്ക്കരിച്ചുകൊണ്ടിരിക്കുന്ന ആധുനിക ടെക്നോളജി ഉപയോഗിച്ച് നിരീക്ഷണപരീക്ഷണങ്ങൾ (റിസർച്ച്) നടത്താനുള്ള സൗകര്യവും Infrastructure ഉം ആണ്. ഈ ടെക്നോളജിയാകട്ടെ ഒരു വൈദ്യശാസ്ത്രശാഖയുടെയും സംഭാവനയോ കുത്തകയോ അല്ല. റിസർച്ചിന്റെ പിൻബലമാണ് ഞങ്ങൾ, അലോപ്പതിക്കാരെ, ഈ സമ്പ്രദായമാണ് ഏറ്റവും നല്ലതെന്ന് വിചാരിപ്പിക്കുന്നത്. ആ വിചാരം വെച്ച് ഞങ്ങൾ മറ്റെല്ലാ വൈദ്യശാസ്ത്ര സമ്പ്രദായങ്ങളേയും CAM (കോംപ്ലിമെന്ററി & ആൾട്ടർനേറ്റീവ് മെഡിസിൻ) എന്ന് ഒരു ചവറ്റുകൊട്ട നാമത്തിൽപെടുത്താൻ ധൈര്യം കാട്ടുന്നു. ഈ വല്ല്യേട്ടൻ ഭാവമൊന്ന് ഉപേക്ഷിച്ച് ഇന്റഗ്രേറ്റഡ് മെഡിസിൻ എന്നു വിളിയ്ക്കാൻ തയ്യാറായാൽ വൈദ്യശാസ്ത്ര സമന്വയത്തിന്റെ അദ്വൈതമായി ഇങ്ങനെ ലോകത്തിന്റെ എല്ലാ ഭാഗത്തും ചിതറിക്കിടക്കുന്ന എല്ലാ വൈദ്യശാസ്ത്ര സമ്പ്രദായങ്ങളുടെ മുത്തുകളേയും ഒന്നായി കോർത്ത് സമന്വയിക്കുന്നതിനുള്ള സ്വർണ്ണനൂലാണ് സംഗീതം. രാഗചികിത്സ ആ അദ്വൈതത്തിലേക്ക് എല്ലാ വൈദ്യശാസ്ത്ര സമ്പ്രദായങ്ങളേയും ലയിപ്പിക്കുന്നു.

ആരോഗ്യമായി സന്തോഷമായി സമാധാനമായി ജീവിയ്ക്കണമെന്നത് എല്ലാ മനുഷ്യരുടേയും ആഗ്രഹവും ആവശ്യവുമാണ്. ഹോളിസ്റ്റിക്ക് സമീപനത്തിൽ, ഒരേ രോഗമുള്ള ഒരു കൂട്ടം ആളുകൾക്ക് അവരുടെ വ്യക്തിപരവും ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ഘടനയും സ്വഭാവവും ആവശ്യവും അനുസരിച്ച് വ്യത്യസ്തമായ ചികിത്സകൊടുക്കാനും, നിരീക്ഷിക്കാനും സാധിയ്ക്കുമെന്നതാണ് ഇൻഗ്രേറ്റഡ് മെഡിസിന്റെ പ്രത്യേകത. ആസ്തമയുള്ള ഒരാൾ ഒരു പ്രത്യേക ഒറ്റമൂലിയോ, ആയുർവ്വേദമരുന്നോ, അക്യുപങ്ചറോ, അലോപ്പതി ചികിത്സയോ മാറി മാറി എടുക്കുന്നത് ഇന്ന് സമൂഹത്തിൽ സാധാരണകാണുന്നു. ഇതിൽ ഏതാണ് തനിയ്ക്ക് സുഖം തന്നതെന്ന് അനുഭവത്തിന്റെ വെളിച്ചത്തിൽ അയാൾക്കറിയാം. ഏതാണ് പാർശ്വഫലമുണ്ടാക്കിയത് എന്നും അറിയുന്നുണ്ടാവണം. ഇതുവെച്ചാണ് രോഗികളും കുടുംബാംഗങ്ങളും ഒരു പ്രത്യേക ചികിത്സ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്നത്. അനുഭവസ്ഥരായ അവരുടെ തെരഞ്ഞെടുപ്പ് സബ്ജക്ടീവ് ആണെങ്കിലും, അതിനുള്ള സ്വാതന്ത്ര്യവും അവസരവും ഇൻഗ്രേറ്റഡ് മെഡിക്കൽ അപ്രോച്ചിൽ ഒരേ കുടക്കീഴിൽ (ഒരേ സ്ഥാപനത്തിൽ) ലഭിക്കുന്നു. അവരുടെ സബ്ജക്ടീവ് അഭിപ്രായത്തെ ഒബ്ജക്ടീവ് റിസർച്ച് മാർഗ്ഗങ്ങളാൽ നിരീക്ഷിയ്ക്കാനും ഈ സ്ഥാപനത്തിൽ സാധിയ്ക്കും. ഇത്തരമൊരു തുറന്ന സമീപനത്തിന് എല്ലാവരും അറിഞ്ഞിരിക്കേണ്ട ചില പ്രാഥമിക തതത്ത്വങ്ങളുണ്ട്.

1. നമ്മൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുന്ന വൈദ്യശാസ്ത്രരീതി എങ്ങനെയാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത്? അതിന്റെ പ്രാഥമികതത്ത്വങ്ങൾ എന്ത്?
2. അതിൽ ഏറ്റവും സുരക്ഷിതത്വം എന്തിനാണ്?
3. നമ്മുടെ ചികിത്സകർ ഈ രംഗത്ത് അറിവും പരിചയവും ഉള്ള

വരാണോ?

4. അവരുടെ വാക്കും പ്രവൃത്തിയും ചികിത്സയും നമുക്ക് മാനസികവും ശാരീരികവുമായി സാന്ത്വനവും സുഖവും രോഗശമനവും തരുന്നുണ്ടോ ?
5. ഈ ചികിത്സകൊണ്ട് നമുക്ക് പാർശ്വഫലങ്ങൾ (side effects) ഉണ്ടോ ഉണ്ടെങ്കിൽ അവ എന്തൊക്കെയാണ് ?
6. ഈ പ്രത്യേക ചികിത്സാ സമ്പ്രദായത്തിനായി നാം ചെലവാക്കുന്ന പണവും അതുകൊണ്ട് നമുക്ക്കിട്ടുന്ന സുഖവും രോഗശമനവും കൂടി യോജിക്കുന്നുണ്ടോ? (cost effectiveness)

ഇതൊക്കെ അറിഞ്ഞ് ഒരാൾ അവനവന് യോജിച്ച തെറാപ്പി തെരഞ്ഞെടുക്കുമ്പോൾ അതിന്റെ സബ്ജക്ടീവിറ്റി കുറയും. കൂടുതൽ ഒബ്ജക്ടീവ് ആയ തെരഞ്ഞെടുപ്പാവും. ചില പ്രത്യേക രോഗങ്ങൾക്ക് ചില പ്രത്യേക ചികിത്സകൾ യോജിക്കുമെന്ന് ബഹുജനവും വിദഗ്ധരും ഒരു പോലെ അഭിപ്രായപ്പെട്ടിട്ടുണ്ട്. ഇത് സ്വയം പരിശോധിച്ച് സ്വതന്ത്രതീരുമാനമെടുക്കാവുന്നതാണ്. നമ്മുടെ ഏറ്റവും നല്ല തെറാപ്പിസ്റ്റ് നമ്മൾ തന്നെയാണ്. ആയുർവ്വേദത്തിൽ ആരോഗ്യമായിരിക്കാൻ ഋതുചര്യയും ദിനചര്യയും വിധിക്കുന്നു. യോഗത്തിൽ പ്രാണായാമവും ആസനങ്ങളും യമനിയമങ്ങളും വിധിക്കുന്നു. അതുപോലെ ജീവിതചര്യ അലോപ്പതിയിൽ ഇല്ല എന്നതുതന്നെ അതിന്റെ അപര്യാപ്തതയും കൃത്രിമത്വവും കാട്ടുന്നു. അലോപ്പതി പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുന്നവർ അടക്കം (എന്നെപ്പോലെ!) അതു തുറന്നു സമ്മതിയ്ക്കാൻ ധൈര്യംകാട്ടുമെന്നാണ് വിചാരിയ്ക്കേണ്ടത്. സന്തോഷമായി, ആരോഗ്യമായിരിയ്ക്കാൻ നിത്യവും താഴെപറയുന്നതുപോലെ ചെയ്തുനോക്കുക.

1. ഓരോ ദിവസവും ഉണരുമ്പോൾ ആദ്യമായി ഈ ദിവസം നമുക്ക്

സമ്മാനിച്ച ഈശ്വരനോട് (ഈശ്വര വിശ്വാസമില്ലെങ്കിൽ, ഭൂമി യുടെ ഊർജ്ജസ്രോതസ്സായ സൂര്യനോട്) നന്ദിപറയുക. പിന്നെ, ഈശ്വര തുല്യമായി നാം ആരാധിക്കുന്ന ഗുരുവിനെ മനസ്സു കൊണ്ട് വന്ദിയ്ക്കുക. സൂര്യൻ, ഭൂമി, ജലം, ദിക്കുകളെ ശുദ്ധീക രിക്കുന്ന വായു മുതലായി പ്രകൃതി തന്ന ധനങ്ങളെ വന്ദിക്കുക പിന്നെ അമ്മ, മറ്റു മുതിർന്നവർ എന്നവരെ മനസാ വന്ദിയ്ക്കു ക.

2. ഏറ്റവും പ്രിയങ്കരമായ സംഗീതം കേട്ടുകൊണ്ടോ പാടി ക്കൊണ്ടോ ഓരോ ദിനവും ആരംഭിയ്ക്കുക. കലകളിലും ഹോബികളിലും അല്പസമയം ചെലവഴിക്കുക.
3. ഇലക്കറികൾ, പഴവർഗ്ഗങ്ങൾ, ധാന്യങ്ങൾ, മുളപ്പിച്ച പയർവർഗ്ഗം എന്നിവ ഉൾപ്പെട്ട സമീകൃതാഹാരം കഴിയ്ക്കുക.
4. ശുദ്ധജലം ധാരാളം കുടിയ്ക്കണം.
5. യോഗം, തായ്ചി, പ്രാണായാമം എന്നിവയിൽ ഒന്ന് റെഗുലർ ആയി ചെയ്യുന്നത് നല്ലതാണ്. എന്നും ചെയ്യാൻ സാധിയ്ക്കാത്ത പക്ഷം ആഴ്ചയിൽ രണ്ടോ മൂന്നോ പ്രാവശ്യം 10 -12 മിനുട്ട് ചെയ്താൽ മതി. സംഗീതാഭ്യാസനം എന്നും ചെയ്യുന്നവർ പ്രാണനിയന്ത്രണം, സുഖാസനം എന്നിവ സ്വാഭാവികമായി അതോടൊപ്പം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. അതിനാൽ അവർക്ക് പ്രത്യേക മായി യോഗാഭ്യാസം ഒന്നും ചെയ്യേണ്ട ആവശ്യമില്ല. ചെയ്യണ മെങ്കിൽ ചെയ്യാം എന്നുമാത്രം പ്രാണായാമം ചെയ്യാം. (ഗർഭി ണികൾ യോഗം ചെയ്യേണ്ടതില്ല.)
6. സിഗരറ്റ്, ആൽക്കഹോൾ, പരസ്ത്രീസംഗമം എന്നിവ ഒഴിവാ ക്കുക.
7. ശബ്ദത്തിന്റെ മഹത്ത്വം അറിഞ്ഞ് വാഗിന്ദ്രിയത്തെയും ശബ്ദ

ത്തെയും സംരക്ഷിക്കുക. കുറച്ചുസമയം മൌനമായിരിക്കുക.

8. നന്നായി ഉറങ്ങണം. രാത്രി ഉറങ്ങും മുമ്പ് മൃദുസ്വരത്തിൽ സാന്ത്വനവും ശാന്തിയും തരുന്ന സംഗീതം കേൾക്കുക.
9. ഓരോ ദിവസത്തിനും ഈശ്വരനോട് (ഈശ്വര വിശ്വാസമില്ലാത്തവർ പ്രകൃതിശക്തിയോട് മാത്രം) നന്ദി പറയുക. ലോകത്തിനു മുഴുവൻ സുഖം വരട്ടെ എന്ന് മനസ്സുകൊണ്ട് വിചാരിയ്ക്കുക. ഇത്തരം +ve ഭാവനകളാൽ ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി എന്നിവ ശുദ്ധമാവുന്നു.
10. ആയുർവ്വേദഗ്രന്ഥങ്ങളിലെ ഋതുചര്യ, ദിനചര്യ എന്നിവ കഴിയുന്നത്ര പാലിയ്ക്കുക

രോഗനിർണ്ണയം നാവ്, നാഡി, താപം മുതലായവ നോക്കിത്തന്നെയാണ് ആയുർവ്വേദവും ചെയ്തിരുന്നത്. (clinical diagnosis) മൂത്രം, മലം, രക്തം, കഫം, ശുക്ലം എന്നിവയുടെ പരിശോധന (clinical pathology) ആദ്യം തുടങ്ങിയതും ആയുർവ്വേദമാണ്. മൈക്രോസ്ക്കോപ്പും, എക്സ്റെയും വരുന്ന കാലംവരെ ഈ പരിശോധനാ മാർഗ്ഗങ്ങൾ കടമെടുത്താണ് പാശ്ചാത്യവൈദ്യം രോഗനിർണ്ണയം ചെയ്തിരുന്നത്. രോഗനിർണ്ണയ (diagnosis) ത്തിലും ഫലപ്രവചനത്തിലും (prognosis) കാല നിർണ്ണയം (ഋതു, ജ്യോതിഷം etc) ആയുർവ്വേദത്തിലെന്നപോലെ പാശ്ചാത്യ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിലും അക്കാലംവരെ അനുകരിച്ചിരുന്നു. ത്രിദോഷങ്ങളെ "humours എന്ന പേരിൽ പാശ്ചാത്യവൈദ്യം അംഗീകരിച്ചിരുന്നു. ടെക്നോളജിവന്നപ്പോഴാണ് അലോപ്പതി വളരെ വ്യത്യസ്തമായത്. സമ്പ്രദായിക വൈദ്യശാസ്ത്രങ്ങൾ താന്താങ്ങളുടെ ചികിത്സാ സമ്പ്രദായങ്ങളുടെ ശാസ്ത്രീയത അംഗീകൃത റിസർച്ച് മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ ടെക്നോളജി ഉപയോഗിച്ച് തെളിയിക്കുന്നകാലം ഏറെ അക

ലെയല്ല.

കൃത്രിമ സംവിധാനങ്ങളൊ ചുറ്റുപാടുകളൊ കൃത്രിമമായി (വൻ തുകകൾ മുടക്കി) കമ്പനികൾ ഉണ്ടാക്കുന്ന മരുന്നുകളൊ, അവ എഴുതി കമ്പനികളിൽ നിന്ന് വലിയ തുക കമ്മീഷൻ വാങ്ങുന്ന ശാസ്ത്രബിസിനസ്സുകാരായ ഡോക്ടർമാരോ ഇല്ലാത്ത കാലത്ത് കാലം, ഋതു, ഗുണം, ദോഷം എന്നിവയെ ആധാരമാക്കിയ ട്രൈബൽ, ആയുർവ്വേദ, രാഗ ചികിത്സകളുടെ ഉത്ഭവം അവ ചുറ്റുപാടിനെ, പ്രകൃതിയെ, സ്വപ്രകൃതിയേയും പരിസ്ഥിതിയേയും, അറിഞ്ഞ് ക്രമീകരിക്കുന്ന ജീവിതചര്യയാണ്. ഇങ്ങനെ സ്വയം അറിഞ്ഞു ക്രമീകരിക്കുന്ന സെൽഫ് ഡയഗ്നോസിസ്, സ്വയം അറിഞ്ഞ് ക്രമീകരണം അലോപ്പതിയിൽ അനുവദിയ്ക്കുന്നില്ല. കാരണം, അലോപ്പതി മെഡിസിനിൽ അതു സാദ്ധ്യമല്ല എന്നതാണ്. മനുഷ്യ, നീ നിന്നെ അറിയുക എന്നതാണ് പൌരാണിക വൈദ്യശാസ്ത്ര രീതി. നിന്നെ എന്നതിൽ നിന്റെ ശരീരം, മനസ്സ്, ബുദ്ധി, ആത്മാവ്, പരിസ്ഥിതി എന്നിവയെ എന്നർത്ഥമാണ്. ഈ സെൽഫ് ഡയഗ്നോസിസ് രോഗ പ്രതിരോധം, വ്യക്തിത്വവികസനം, ആത്മശക്തി എന്നിവയ്ക്കെല്ലാം സഹായിയ്ക്കുന്നതാണ്. രോഗംവന്നാൽ ആസ്പത്രിയിലേയ്ക്കോടുക എന്നതല്ല അവിടെ ആരോഗ്യാവബോധം. അത് ഏറ്റവും അവസാനത്തെ മാർഗ്ഗമാണ്. Preventive medicine, Immunity സമഗ്ര വ്യക്തിത്വ വികസന പ്രോഗ്രാം എന്നിവ ഉൾപ്പെട്ട ജീവിതചര്യയാണ് ആയുർവ്വേദം. വ്യക്തിയുടേയും സമൂഹത്തിന്റേയും ആരോഗ്യസംരക്ഷണമാണത്. അതുകൊണ്ടാണ് മോഹൻജോദാരോവിലെ നഗരങ്ങളുടെ പ്ലാനിങ്ങിൽ ധാന്യസംഭരണി, ജലസംഭരണി, മൂടികളോടുകൂടിയ ചാലുകൾ എന്നിവ പണ്ടേ കാണുന്നത്. ശ്മശാനവും, തോൽ ഊറക്കിടലും നഗരത്തിനു പുറത്തായതും ഇക്കാരണത്താ

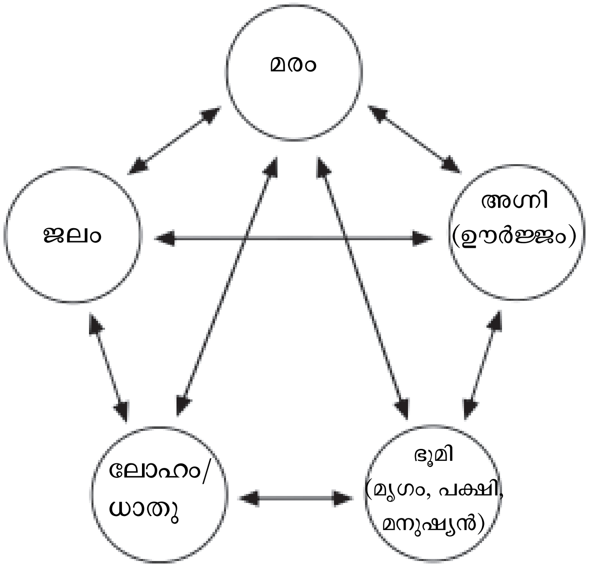
ലാണ്. സെൽഫ്ഡയഗ്നോസിസ് എന്നാൽ ക്രമമായി ഒരു ജീവിത ചര്യ ഉള്ളവർക്ക് എന്തെങ്കിലും ക്രമം തെറ്റിയാലോ താളം തെറ്റിയാലോ (പരിസ്ഥിതിയിലും തന്നിലും) തിരിച്ചറിയാനും, ആദ്യരോഗലക്ഷണമായ ആ ക്രമക്കേട് തിരുത്താനുമുള്ള ഒരവസരം കൂടിയാണ് (Early detection of disease) ശരീരത്തിലും മനസ്സിലും ബുദ്ധിയിലും വന്ന ആദ്യത്തെ താളപ്പിഴതന്നെ സ്വയം കണ്ടെത്തണമെങ്കിൽ അതിന്റെ താളം, കാലം ഒപ്പിച്ച ക്രമമായ ജീവിതചര്യ വളരെക്കാലം ഒരു വ്യക്തിയായാലും സമൂഹമായാലും പിൻതുടർന്നിട്ടുണ്ടാവണം. താളം അറിഞ്ഞാലല്ലേ താളപ്പിഴ അറിയൂ. കാലമറിഞ്ഞാലല്ലേ കാലത്തിൽ പിഴച്ചത് അറിയൂ. ബാഹ്യവും ആന്തരവുമായ സ്വപ്രകൃതിയെ അറിയാതെ ഇതു സാദ്ധ്യമല്ല എന്നർത്ഥം. ഇത് അലോപ്പതി സമ്പ്രദായത്തിൽ ഇല്ലാത്തതുകൊണ്ടാണ് അതിൽ സെൽഫ് ഡയഗ്നോസിസ് സാധിയ്ക്കാത്തതും അനുവദിയ്ക്കാത്തതും ഇത് രണ്ടു സമ്പ്രദായങ്ങൾ തമ്മിലുള്ള ബേസിക്ക് വ്യത്യാസമാണ് എന്ന് മനസ്സിലാക്കണം രണ്ടു സമ്പ്രദായക്കാരും ഇതു മനസ്സിലാക്കിയാൽ പിന്നെ Integrated medicine എളുപ്പമായിത്തീരും (പൌരസ്ത്യസമ്പ്രദായിക ചികിത്സാപദ്ധതികളും അവരുടെ ദൌർബ്ബല്യം റിസർച്ചിന്റെ അഭാവമെന്നറിഞ്ഞ് അക്കാര്യത്തിൽ കൂടുതൽ ശ്രദ്ധവെയ്ക്കണം സ്വന്തം പരിമിതി സ്വയം അറിയലാണ് വളർച്ചയുടെ തുടക്കമെന്ന് എല്ലാ വിഭാഗക്കാരും ഓർക്കണം)

ഇവിടെ ഒരുദാഹരണം പറയാം. ആയുർവ്വേദത്തിൽ വാത പിത്ത കഫ പ്രകൃതിക്കാർക്ക് താൻ ഏതു പ്രകൃതിക്കാരനാണെന്നറിയാൻ, ടെക്നോളജിയുടെ സഹായം കൂടാതെ, മൂത്രം പരിശോധിച്ചാൽ മതി. ഗന്ധരഹിതവും നിർമ്മലവുമായി ഇടയ്ക്കിടെ മൂത്രം പോകുന്നുവെങ്കിൽ താൻ വാതപ്രകൃതിയാണ്. (ആയുർവ്വേദം വാതപ്രകൃ

തിക്കു നിർദ്ദേശിച്ച ജീവിതചര്യ സ്വീകരിയ്ക്കാം) മഞ്ഞയോ തവി ട്ടോനിറത്തിൽ, കുറച്ചുമാത്രം മൂത്രം, രൂക്ഷഗന്ധം വന്നാൽ പിത്ത രോഗം വരാൻ പോകുന്നു, വെളുത്തനിറം, രൂക്ഷമല്ലാത്ത ഗന്ധമെ ങ്കിൽ കഫലക്ഷണമാണ്. ഇപ്രകാരം സ്വപ്രകൃതിയെ സ്വയം നിരീ ക്ഷിച്ച് രോഗലക്ഷണം നേരത്തെ കണ്ടുപിടിയ്ക്കാം. ഇത് ഒരേ സമയം self diagnosis ആണ്, Early detection of disease ഉം ആണ്. രോഗപ്രതിരോധത്തിന് ഇതാവശ്യമാണ്. അലോപ്പതി ഡോക്ടർമാർ ഒരേ സമയം self diagnosis പാടില്ല എന്നും പറയും Early detection of disease വേണ്ടമെന്നും പറയും. അവർക്ക് (അല്ല-ഞങ്ങൾക്ക്) തന്നെ അവരുടെ (ഞങ്ങളുടെ) ഈ നിലപാടിന്റെ വൈരുദ്ധ്യാ ത്മക സ്വഭാവം ബോദ്ധ്യപ്പെടുന്നില്ല എന്നർത്ഥം. സ്വയം അറിയുന്ന സ്വയം വിശകലന ത്തിന്റെ യുക്തിബോധം ശാസ്ത്രജ്ഞരായിട്ടും ഞങ്ങൾ കാണിയ്ക്കുന്നില്ല എന്നർത്ഥം. എല്ലാ ശാസ്ത്ര സമ്പ്രദാ യക്കാരും സ്വയം വിശകലനത്തിന് ഇതുപോലെ ഒരുങ്ങിയാൽ വൈരുദ്ധ്യാത്മക സ്വഭാവം എല്ലാവരിലും കാണാം. Integrated medi- cine ഈ വൈരുദ്ധ്യാത്മകത പരിഹരിയ്ക്കും. പലവർണ്ണത്തിലുള്ള മുത്തുകളെ കോർക്കുന്ന രാഗചികിത്സയുടെ സുവർണ്ണനൂല് ഈ പരിഹാരത്തെ സുഗമമാക്കുന്ന ഒന്നാണ്.

ശരീരത്തിലെ ആന്തരാവയവങ്ങൾ, മനസ്സിലെ വൈകാരികാനുഭവ ങ്ങൾ ബുദ്ധിയിലെ മാറ്റങ്ങൾ, വികാസം, ഇവയ്ക്ക് പരിസ്ഥിതി (പ്ര കൃതി) യുമായുള്ള പരസ്പരബന്ധം (ഇക്കോളജി) എന്നിവ അറി യാൻ പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടേയും ധാതുക്കളുടേയും ആവർത്തനചക്രം ഉപയോഗിക്കുന്നു. ആകാശവും വായുവും അവയുടെ ഭൂത തന്മാ ത്രകൾക്കിടയിലെ, പരമാണുക്കൾക്കിടയിലെ ശൂന്യത (space- time) നികത്തുന്നു. ഈ ആവർത്തനചക്രത്തിൽ മനുഷ്യനും മറ്റു ജീവ

ജാലങ്ങളും തമ്മിൽ വലിയ അന്തരമൊന്നുമില്ല.



ജല സമൃദ്ധവും ലോഹ സമൃദ്ധയുമായ ഭൂമിയിലെ ജലവും സൂര്യോർജ്ജവും വലിച്ചെടുത്ത് വളരുന്ന അന്നം ഔഷധി, വന സ്പതി, വൃക്ഷ, മൃഗപക്ഷി, മനുഷ്യാദികളായി വ്യക്തമാകുന്നു. അളവിലുള്ള വ്യത്യാസം ഗുണത്തിലുള്ള വ്യത്യാസമായി കാണുന്നു എന്നല്ലാതെ ഇവതമ്മിൽ വ്യത്യാസമില്ല. അതിനാൽ പ്രകൃതി, വൃക്ഷം, ശില, അന്നം എന്നിവയെ ആദരിക്കൽ എന്ന പ്രകൃത്യാരാധന പ്രകൃതിസംരക്ഷണമെന്ന Eeology യെ അറിഞ്ഞ മനുഷ്യർക്ക് തികച്ചും ശാസ്ത്രീയമാണ്. അറിയാത്തവർക്കും, മനു ഷ്യൻ മറ്റെല്ലാവരേക്കാളും വലിയവനാണെന്ന സുപ്പീരിയോറിറ്റി കോംപ്ലക്സ് ഉള്ളവർക്കും അത് പാഗനിസമായും ബഹുദൈ വാരാധനയായും ഭയമായും ഒക്ക തോന്നിപ്പോയാൽ അതിൽ അതി

ശയിയ്ക്കാനുമില്ല. ട്രൈബൽ, ആയുർവ്വേദ, യോഗചര്യകൾ, സൈന്ധവ സംസ്ക്കാരകാലത്തെ തെളിവുകൾ, വേദം, ഇന്നും നാം അനുഷ്ഠിക്കുന്ന അനേകം ജീവിതരീതികൾ, കലകൾ ഉത്സവങ്ങൾ എന്നിവ നോക്കിയാൽ കാലതാളബോധവും ഇക്കോളജിയെക്കുറിച്ച അവബോധവും കാണാം. ത്രിഗുണങ്ങളാലാണ് പ്രാണിധർമ്മവും കർമ്മവും നിശ്ചയിയ്ക്കപ്പെടുന്നത്. കർമ്മത്താലാണ് ജന്മം നിശ്ച യിക്കപ്പെടുന്നത്. അതനുഭവിയ്ക്കാൻ പ്രാണികൾ വീണ്ടും വീണ്ടും ശരീരമെടുക്കുന്നു. അത് ഒരിയ്ക്കൽ മരമായിട്ടാവാം, ഒരിക്കൽ ഉറ മ്പായിട്ടാവാം, ഒരിക്കൽ മനുഷ്യനായിട്ടാവാം. അവ തമ്മിൽ വ്യത്യാ സമേ ഇല്ല. എല്ലാം ഒരേ ഒരു ശക്തി (ഊർജ്ജം) യുടെ ചലനം (ഗ തി) കൊണ്ട് അതിൽ നിന്നുതന്നെ പരിണമിച്ച് അഭിവ്യക്തമായ വ്യത്യസ്തരൂപങ്ങൾ അഥവാ പിണ്ഡങ്ങൾ മാത്രമാണ്. ഇന്നി പ്പോൾ ഐൻസ്റ്റീന്റെ $E=mc^2$ എന്ന സമവാക്യവും ക്വാണ്ടം ഫിസിക്സും ഒക്കെ ഈ അറിവിലേയ്ക്ക് പതുക്കെ പാശ്ചാത്യശാ സ്ത്രത്തെ എത്തിയ്ക്കുകയാണ്. പരിസ്ഥിതി, ഋതുഫലങ്ങൾ, ഋതു രാഗങ്ങൾ, കർമ്മം, കർമ്മഫലങ്ങൾ, ഇവയോട് സമരസപ്പെട്ട് ധർമ്മം ചരിച്ചും സത്യം വദിച്ചും, പുരുഷാർത്ഥങ്ങൾ (ധർമ്മാർത്ഥ സാമമോക്ഷങ്ങൾ) നേടി ജീവിയ്ക്കുന്ന ധന്യാത്മാക്കളാണ്, വെറും ശരീരങ്ങളല്ല നമ്മളാരും എന്ന അറിവ് അതിപ്രധാനമാണ്. ധന്യാ ത്മാക്കളുടെ ജീവിതരീതിയെ ആരോഗ്യകല്പദ്രുമമാതൃകയിൽ വര ച്ചാൽ അതിന് ആധാരം (വേര്, തറ, ഭൂമി) കാണ്ഡം (ശരീരം) ശാഖകൾ (കൈകാലുകൾ) ഇലയും പൂവും (മനസ്സ്, ബുദ്ധി) പഴവും വിത്തും അടുത്ത വംശ പരമ്പര) എന്നിങ്ങനെ ആവർത്തനാത്മ കത്വം ഉണ്ട്. ആരോഗ്യമുള്ള ധാർമ്മികബോധമുള്ള പുതിയ തല മുറയ്ക്കുവേണ്ടിയാണ് ഔഷധം, അന്നം, പഞ്ചകർമ്മം, വാജീക

രണ, രസായനാദിവിദ്യകൾ, ജീവിതചര്യ, യോഗം, ധ്യാനം, സംഗീതം, നൃത്തം, ആത്മസാധന എന്നിവയെല്ലാം ഓരോ ഗൃഹസ്ഥനും ഓരോ സന്യാസിയും ഈ ആവർത്തനചക്രത്തിൽ വരും തലമുറകൾക്കുവേണ്ടിയാണ് എല്ലാ അനുഷ്ഠാനവും എന്നറിയാൻ ബാദ്ധ്യസ്ഥനാണ്.

ഈ ആരോഗ്യ കല്പദ്രുമത്തിന്റെ ഉദ്ദേശം സർവ്വത്ര സമ്പൂർണ്ണ വികസനമാണ്, വെറുതെ ഒരു രോഗം വന്നാൽ ചികിത്സിക്കുക എന്നതുമാത്രമല്ല. വ്യക്തിയുടെ ശാരീരിക, മാനസിക, ബൗദ്ധിക, ആത്മീയാരോഗ്യം പണ്ടുള്ളവരുടെ ആരോഗ്യത്തിന്റെ (സംസ്ക്കാരത്തിന്റെ) തുടർച്ചയും ഇനി വരാനിരിക്കുന്നവരുടെ ആരോഗ്യത്തിന്റെ നിദാനവുമാകയാൽ സമുഹത്തിന്റെ മുഴുവൻ ആരോഗ്യത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്നതാണ്.

ആയുർവ്വേദത്തിൽ ചരകസംഹിതപ്രകാരം 4 തൂണുകളുണ്ട്

1. വൈദ്യൻ- ജ്ഞാനിയും അനുഭവസ്ഥനും ശരീരത്തിലും മനസ്സിലും ശുദ്ധി പാലിയ്ക്കുന്നവനുമാകണം.
2. വൈദ്യം/ ഔഷധിവനസ്പതി- വളർത്തിയെടുത്ത്, കൊയ്തെടുത്ത്, വിധിയാംവണ്ണം പാകം ചെയ്ത് ശരിയായ അളവിൽ കൊടു

ക്കുന്ന അന്നം (ഇവിടെ കൃഷി, ഭക്ഷണത്തെ പാകം ചെയ്യുന്നത്, ഔഷധമുണ്ടാക്കുന്നത്, അളവനുസരിച്ച് ഭക്ഷണവും, മരുന്നും നൽകുന്നത് എന്നിങ്ങനെ എല്ലാം പരാമർശിക്കപ്പെടുന്നത് ശ്രദ്ധിക്കുക)

3. പരിചാരകവൃന്ദം- അനുഭവസ്ഥരും അറിവും കർമ്മ പരിചയവും ഉള്ളവരും, മനസ്സിലും ശരീരത്തിലും ബുദ്ധിയിലും ശുദ്ധിയുള്ളവരും, കാരുണ്യമുള്ളവരും മനുഷ്യരോട് (രോഗി) പെരുമാറുന്നതിൽ മര്യാദ പാലിക്കുന്നവരുമായ ഒരു സംഘം പരിചാരകർ (നഴ്സ്, അസിസ്റ്റന്റ്, ശിഷ്യവൃന്ദം) എപ്പോഴും വൈദ്യന്റെ കൂടെ ഉണ്ടാവണം.
4. ജനത (രോഗികൾ) രോഗവിവരം സത്യമായും കൃത്യമായും പറയാനും വൈദ്യന്റെ നിർദ്ദേശം കൃത്യമായി പാലിയ്ക്കാനും സാധിയ്ക്കുന്നവരും ആരോഗ്യ സംരക്ഷണത്തിൽ താല്പര്യമുള്ളവരും ശ്രദ്ധയും കഴിവും ഉള്ളവരും ജീവിതചര്യ കൃത്യമായി പാലിയ്ക്കുന്നവരുമായ ജനങ്ങൾ (രോഗികൾ)

വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ വിജയം അന്നും ഇന്നും എന്നും ഈ നാലു തൂണുകളെ ആശ്രയിച്ചാണ് നിൽക്കുന്നത്. വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ എന്നല്ല, സമൂഹത്തിന്റെ മുഴുവനും, രാഷ്ട്രത്തിന്റേയും ലോകത്തിന്റേയും ആരോഗ്യം ഈ നാലുതൂണുകളിലാണ് നിൽക്കുന്നത്. ഇതുമറക്കുന്നതാണ് ഏതു മെഡിക്കൽ സിസ്റ്റത്തിന്റേയും ഏതുസമൂഹത്തിന്റേയും പരാജയകാരണം. ഓർത്തുപ്രവർത്തിച്ചാൽ മനുഷ്യരാശിമുഴുവൻ രക്ഷപ്പെടുകയും ചെയ്യും. കാലത്തിന്റെ സംഗീതത്തിൽ രാഗതാളഭാവലയങ്ങളുടെ ആനന്ദരസാനുഭവം തരാനാണ്, അപശ്രുതികൾ ഉണ്ടാക്കാനല്ല ഈ നാലു തൂണുകൾ എന്ന് സദാ ഓർക്കുക.

സമയ സംഗീതം

ഉത്തരേന്ത്യയിൽ ഈരണ്ടു മണിക്കൂർ വീതമുള്ള 12 വിഭാഗമാക്കി 24 മണിക്കൂറിനെ ഭാഗിച്ച് ഓരോ ഈരണ്ടു മണിക്കൂറിലും പാടാനുള്ള രാഗങ്ങളെ വ്യവസ്ഥ ചെയ്തിട്ടുണ്ട്. പണ്ടുകാലത്ത് ഇതനുസരിച്ച് രാജകൊട്ടാരങ്ങളിൽ പാട്ടുകാർ ഉണ്ടായിരുന്നു തുകിലുണർത്താനും ഉറങ്ങാനുമെല്ലാം. മണിക്കൂറുകൾ പറകൊട്ടി അറിയിക്കാൻ ഒരു ഹോരാഗണകൻ (ക്ലോക്കിന്റെ പ്രവൃത്തി) അതനുസരിച്ച് പാട്ടുപാടാൻ ഒരു ഗായകനും പക്കമേളവും, കാലാകാലത്തിൽ അന്നം പചിക്കാൻ, അവയുടെ അളവുനിർണ്ണയിക്കാൻ പാചകക്കാരൻ, എല്ലാത്തിന്റെയും നിയന്ത്രണമുള്ള ആരോഗ്യപാലകനായ ഒരു വൈദ്യൻ ഇത് കൊട്ടാരത്തിലും, ഗ്രാമത്തിലും, നഗരത്തിലുമെല്ലാം ഒരുപോലെ കാശ്മീർ മുതൽ കന്യാകുമാരിവരെയുള്ള ഏകീകൃത ഭരണവ്യവസ്ഥയുടെ ഭാഗമായിരുന്നു. രാജാക്കന്മാരും ജനങ്ങളും വരും, പോകും പക്ഷെ ഈ സംവിധാനം നിലനിൽക്കും. ഗുരുശിഷ്യപരമ്പരകളിലൂടെ അറിവ് കൈമാറപ്പെടുന്നതുകൊണ്ടാണിത്. ഇപ്പോൾ ഉത്തരേന്ത്യയിൽ വ്യവസ്ഥപ്പെടുത്തിയിട്ടുള്ള 6 മാ മുതൽ ഉള്ള രാഗങ്ങൾ ഇങ്ങനെയാണ് (Sangeeth Research Academy)

6 am-ഭൈരവ്, രാംകലി, ജോഗ്/ ജോഗിയ

8 am ആഹിർ ഭൈരവ്, ബിലാസ് ഗനി, തോഡി, അസാവേരി

10 am ഭൈരവി, ബിലവൽ, ജോൺപുരി, കോമൾ, ഋഷഭ്, അസാവേരി, തോഡി

12 Noon വൃന്ദാവൻ സാരംഗ, ശുദ്ധസാരംഗ, ഗൗഡ സാരംഗ

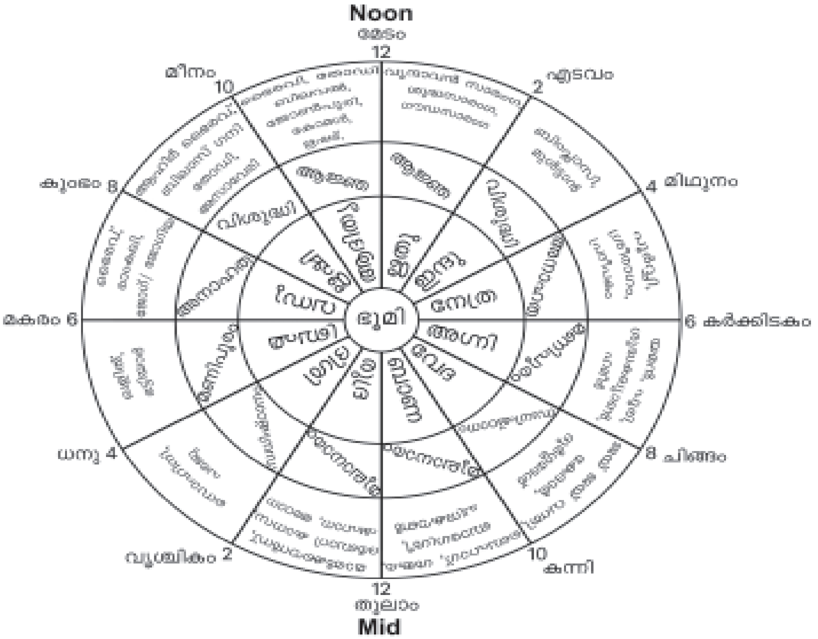
2 pm ബിംപ്ലാസി, മുൾട്ടാൻ

4 pm പൂർവ്വി,ശ്രീരാഗം, പ്രദീപ്

6 pm യമൻ, പൂരി, ശുദ്ധകല്യാൺ, ഹമീർ

8 pm ജയ് ജയ് വന്തി, കേദാർ, ദുർഗ്ഗദേശ്

10 pm ബെഹാഗ്, ബാഗേശ്രീ, ശങ്കര, ചന്ദ്രകൗൺ



12 അർദ്ധരാത്രി - മാൽക്കൗൻസ്, ദർബാറി കാനഡ, ഷഹാന, അഠാന

2 am സൊഹിനി, പരജു

4 am ലളിത്, ഭട്ടിയാർ

6 am ഭൈരവ്, രാംകലി, ജോഗ് (ചക്രം ആവർത്തിക്കുന്നു)

72 മേളകർത്താരാഗങ്ങളിൽ മൂലാധാരചക്രത്തിൽ ബാണചക്ര ത്തിലെ ധീരശങ്കരാഭരണം, രുദ്രചക്രത്തിലെ മേചകല്യാണി, സ്വാധി ഷ്ഠാനചക്രത്തിലെ വേദചക്രത്തിൽ ഖരഹരപ്രിയ, ദിശിചക്രത്തിൽ ഹേമവതി, മണിപൂരചക്രത്തിൽ അഗ്നിചക്രത്തിലെ മായാമാളവ

ഗൗളം ബ്രഹ്മചക്രത്തിലെ കാമ വർദ്ധിനി, അനാഹതചക്രത്തിലെ നേത്രചക്രത്തിൽ തോഡി, വസുചക്രത്തിൽ ഭവപ്രിയ എന്നിങ്ങനെ 8 രാഗങ്ങൾ ശുദ്ധരാഗങ്ങളാണ്. മറ്റ് 64 എണ്ണം ഇവയുടെ വ്യത്യസ്തസമാഗമങ്ങളും ഇവയുടെയെല്ലാം ജന്യരാഗങ്ങളായിട്ടാണ് ക്ലാസിക്കൽ, ഹിന്ദുസ്ഥാനി സമ്പ്രദായത്തിലെ എല്ലാ രാഗങ്ങളും ഉണ്ടായിട്ടുള്ളത്. അതിനാൽ ജനക, ജന്യരാഗങ്ങളെല്ലാം ചേർന്ന് അനന്തം രാഗങ്ങൾ നമുക്കുണ്ട്. ജ്യോതിഷത്തിലെ അസംഖ്യം നാഡികളോടും, വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിലെ അനേകം സൂക്ഷ്മനാഡീ ജാലങ്ങളോടും തുലനം ചെയ്യാവുന്നവയാണ് രാഗചികിത്സയിലെ അനന്തം രാഗങ്ങൾ, ബ്രഹ്മാണ്ഡത്തിലേയും പിണ്ഡാണ്ഡത്തിലേയും സൂക്ഷ്മവും സ്ഥൂലവുമായ എല്ലാ നാഡികൾക്കും സമാന്തരമായി, അവയ്ക്കായി പാടാവുന്ന രാഗങ്ങളുമുണ്ട്. അവ മുഴുവൻ പാടാനോ കേൾക്കാനോ ഒരാൾക്കും ഒരുജന്മം കൊണ്ട് സാധിയ്ക്കില്ല. അതിനാൽ പൂർവ്വികർ ഒരു ക്രമം ഉണ്ടാക്കി. ദിനവും പാടാൻ ചിലത്, ചില ഋതുക്കളിൽ പാടാൻ ചിലത്, ചില പ്രത്യേക ദിനങ്ങളിൽ ഉത്സവങ്ങളിൽ സന്ദർഭങ്ങളിൽ പാടാൻ ചിലത്, ചില പ്രത്യേക നാഡീവ്യൂഹങ്ങൾക്കു വീര്യം പകരാനും ശാന്തമാക്കാനും ചിലത്, ചില പ്രത്യേക വിഭാഗക്കാർ ചിലതിൽ സ്പെഷ്യലൈസ് ചെയ്ത് ഗുരുകുലങ്ങളിലൂടെ അവ പഠിപ്പിച്ച് നിലനിർത്തി. ഇത് ട്രൈബൽ, ഗ്രാമ, നഗര, ക്ഷേത്ര സംവിധാനങ്ങളിലെല്ലാം ഒരുപോലെ പിന്തുടർന്നു പോന്ന ഇന്ത്യൻ സമ്പ്രദായമാണ്. മേളചക്ര രാഗങ്ങളുടെയും നാഡീവ്യൂഹങ്ങളുടെയും വിവരണം നാദലയ സിന്ധുവിൽ (DC Books) കാണുക

(പൗഷം- മാഘം മാർകഴി/ തൈ = ധനു-മകരം

ജനുവരി 14 ന് മകരം തുടങ്ങും)

അയനം	ഋതുരാഗം	ചന്ദ്രമാസം	സൂര്യമാസം	ഋതു	ഇംഗ്ലീഷ് മാസം
ദക്ഷിാ യനം (സൂര്യൻ പുണർത ത്തിൽ	വസന്ത ശ്രീരാഗം മല്ലാരി	ചൈത്ര വൈ ശാഖ ജ്യേഷ്ഠ ആഷാഢ ശ്രാവണ ഭാദ്ര	മീന, മേട ഇടവ,മിഥുന കർക്കിടക ചിങ്ങ	വസന്തം ഗ്രീഷ്മം വർഷം	April, May June, July Aug, Sep- tember
ഉത്ത രാനം സൂര്യൻ ഉത്രാ ടത്തി	കന്നട കർണ്ണട സിന്ധുള ഇന്ദള മാളവ	ആശ്വന കാർത്തി മാർഗശീർ ഷപൗഷ മാഘ ഫാൽഗുന	കന്നി, തുലാം വൃശ്ചിക, ധനു,മക രം, കുംഭം	ശരദ ഹേമന്തം ശിശിരം	October November Dec. January Feb,March

വർഷം, ശരത്ത്, ഹേമന്തം ദക്ഷിണായന കാലം

ശിശിരം, വസന്തം, ഗ്രീഷ്മം ഉത്തരായന കാലം

ഭൂമദ്ധ്യമേഖലാ ഭാഗമായ ഇന്ത്യയിൽ ദക്ഷിണായനകാലത്ത് ഉഷ്ണം കുറയും, ശരീരബലം പുഷ്ടമാവും. ഹേമന്തത്തിൽ പിത്തം ശമിയ്ക്കും, ജഠരാഗ്നിബലപ്പെടും. ഹേമന്തശിശിരങ്ങൾ കഫകാലം. ശിശിരത്തിൽ തണുപ്പു വരും, വാതോപദ്രവംകൂടും. വസന്തംവാത കഫകാലം, ഗ്രീഷ്മം വാതകാലം, വർഷം പിത്തകോപകാലം, ശരത് ഉഷ്ണാരംഭം ഇതനുസരിച്ച് ഋതുചര്യമാറ്റുന്നു, ഇതനുസരിച്ച് ഋതു രാഗങ്ങൾ മാറ്റുന്നു, അതായത് ഋതുചര്യ, ഋതുരാഗം ഭൂമിയുടെ വിവി ധഭാഗത്ത് ഒന്നുതന്നെ ചെയ്യാൻ സാധിയ്ക്കില്ല. ഭൂമദ്ധ്യരേഖാഭാ ഗത്തെ കാലാവസ്ഥയോ ഋതുവോ അല്ല ഉത്തരധ്രുവത്തോടടുത്തു കിടക്കുന്ന ഭാഗത്ത് അത് രാഗചികിത്സകർ ഓർക്കേണ്ടതുണ്ട് (മറ്റു രാജ്യങ്ങളിൽ പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യാൻ പോകുന്നപക്ഷം) 72 മേളകർത്താ രാഗമെന്നത് ഒരു രാഗത്തിന് 5 ഡിഗ്രി കൊടുത്ത്, കാർത്തിക മുതൽ 27 നക്ഷത്രത്തിന് 360 ഡിഗ്രിയ്ക്കുവേണ്ടി കൊടുത്തിട്ടുള്ളതാണ്.

ഇതനുസരിച്ച് മാസത്തിനും നക്ഷത്രക്കാർക്കും പാടാനും കേൾക്കാനും കൊടുക്കാം ഓരോന്നിന്റേയും ജന്യരാഗങ്ങളും അങ്ങനെ ഉപയോഗിയ്ക്കാം. ഇപ്രകാരം ത്രിദോഷ സിദ്ധാന്തം, കാലം, ഋതു, രാഗം എന്നിവയെ ജനങ്ങളുടെ മുഴുവൻ ആരോഗ്യ ത്തിനായി ഉപയോഗിയ്ക്കാം (സൂര്യൻ ഇടവം പകുതിയിലും ചന്ദ്രൻ ഇടവത്തിൽ കാർത്തിക/ രോഹിണിയിലും നിൽക്കുമ്പോഴാണ് ഇന്ത്യൻ കാലവർഷം, നാദപ്രകാശ, ജലരൂപമായി പ്രവഹിക്കുന്ന ത്. അതിനാലാണ് കാർത്തികയിൽ നിന്ന് മേളകർത്താരാഗം ആരം ഭിക്കുന്നത്)

ഒരാൾ സ്വരം പുറപ്പെടുവിക്കുന്നത് ഉദാനവായു, സാധകപിത്തം, രസൗജസ്സ് അഥവാ ശ്ലേഷ്മ സാമം എന്നിവ കൊണ്ടാണ് ഇവ ശരി യായ അനുപാതത്തിലാണെങ്കിൽ മാത്രമെ ഒരു നല്ല സ്വരത്തിന്റെ ഉടമയാവൂ.

സാധകപിത്തജമായ സ്വരം- ഗൌരവം,ദൃഢം,അഗാധം

ശ്ലേഷ്മ സാരജം- മധുരം, മൃദുലം, മനോരഞ്ജകം

ഉദാന വാതജം- താരസ്ഥായി, കനം(70 വയസ്സുകഴിഞ്ഞാൽ ഉദാന വായുശക്തി കുറയും. വാർദ്ധക്യത്തിൽ ശബ്ദസൗഭഗം കുറയും) എല്ലാ ഗുണവും ശരിയായ അനുപാതത്തിൽ ചേർന്ന ഒരാൾക്കുകി ട്ടും. സ്വരങ്ങൾക്ക് അവയുടെ സ്വരസ്ഥാനമനുസരിച്ചുള്ള വാത, പിത്ത, കഫ, ത്രിദോഷഹര, സമീകരണ സ്വഭാവത്തെ നാദലയ സിന്ധുവിൽ നിന്ന് ഗ്രഹിയ്ക്കുക. 7 സ്വരങ്ങളുള്ള സമ്പൂർണ്ണരാഗ ങ്ങൾ ഉപയോഗിക്കുമ്പോൾ എല്ലാ ചക്രങ്ങൾക്കും ഉണർവും എല്ലാ ദോഷങ്ങൾക്കും പരിഹാരവും, ശരീര, മന, ബുദ്ധി, ആത്മാക്കൾക്ക് (വ്യക്തി, സമൂഹം, ലോകം) മുഴുവൻ ശാന്തിയും ലഭിയ്ക്കുമെന്നാണ് സങ്കല്പം.

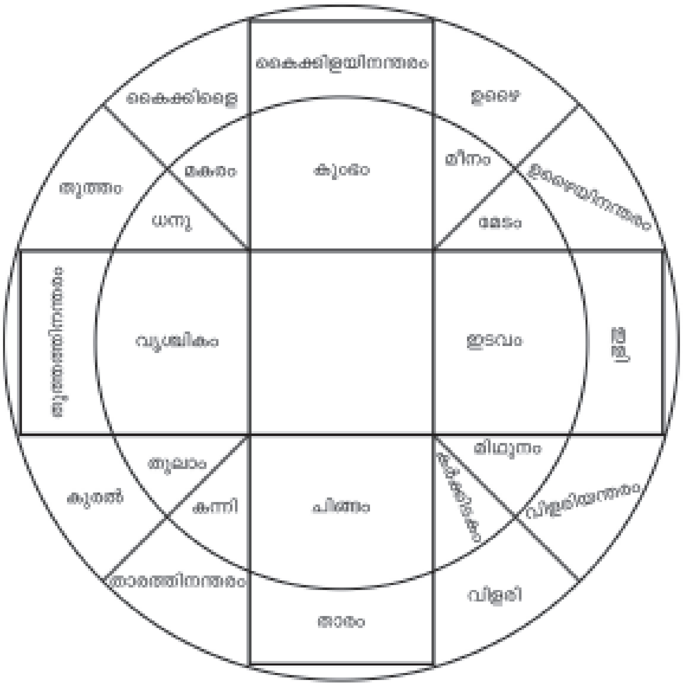
ജ്യോതിശ്ചക്രവുമായി സംഗീത നൃത്തരൂപങ്ങളെ ബന്ധിയ്ക്കുന്ന കുരവൈക്കൂത്ത് എന്ന രാസലീലാനൃത്തം സംഘകാലതമിഴകത്ത് ഇടയ (യാദവ)ന്മാർക്കിടയിൽ ഉണ്ടായിരുന്നു. (ചിലപ്പതികാരം) ഇതിൽ ത്രിദോഷസമീകരണം ചെയ്യുന്ന കൂരൽ (ഷഡ്ജം) കൃഷ്ണൻ അഥവാ മഹാവിഷ്ണുവും, ഇളി (പഞ്ചമം) ബലരാമൻ അഥവാ അനന്തനുമാണ്. തുത്തം (ചതുശ്രുതി ഋഷഭം) നപ്പിന്നൈയാണ്. മറ്റു സ്വരസ്ഥാനങ്ങൾ ഗോപകന്യകമാർ

1. കൂരൽ	ഷഡ്ജം	കൃഷ്ണൻ
2. തുത്തത്തിനന്തരം	ശുദ്ധഋഷഭം	
3. തുത്തം	ചതുശ്രുതിഋഷഭം	നപ്പിന്നൈ
4. കൈക്കിളൈ	സാധാരണഗാന്ധാരം	
5. കൈക്കിളയിനന്തരം	അന്തരഗാന്ധാരം	
6. ഉഴൈ	ശുദ്ധമദ്ധ്യമം	
7. ഉഴൈയിനന്തരം	പ്രതിമദ്ധ്യമം	
8. ഇളി	പഞ്ചമം	ബലരാമൻ
9. വിളരിയന്തരം	ശുദ്ധധൈവതം	
10. വിളരി	ചതുശ്രുതി ധൈവതം	
11. താരം	കൈശികീ നിഷാദം	
12. താരത്തിനന്തരം	കാകളിനിഷാദം	

7 സ്വരത്തെ 12 വട്ടപ്പാലൈയിൽ (സ്വരസ്ഥാനം) 12 രാശികളിൽ ജനിയ്ക്കുന്ന ശ്രുതി കന്യകമാരായി സങ്കല്പിക്കുന്നു (പാലൈ= ശ്രുതി) ഈ ശ്രുതി മണ്ഡലം രാശിമണ്ഡലമാണ്. അവിടത്തെ രാസമണ്ഡലനൃത്തം രാശിമണ്ഡല നൃത്തവും, അങ്ങനെ ജനിക്കുന്ന ബ്രഹ്മഗീതങ്ങൾ രാഗിണിമാരും ശ്രുതി മണ്ഡലത്തിൽ രാഗ

രാഗിണിമാരുടെ ഈ നൃത്തത്തെ രാശി മണ്ഡലത്തിലെ സമയ രാഗങ്ങളാക്കി പാടുന്നു, നൃത്തം വെയ്ക്കുന്നു.

12 ബ്രഹ്മരാഗം ഉച്ചത്തിലും നീചത്തിലുള്ള ഓരോ ശോഭ കളായി 24 ഹോര (മണിക്കൂർ) യിൽ 24 രാഗം 24ഃ3=72 മേളകർത്താരാഗ ങ്ങളും രാഗിണിമാരും പുത്രന്മാരും അങ്ങനെ 8 പ്രഹരംവീതമുള്ള (8ഃ3=24) മൂന്നുഭാഗമായി വിഭജിക്കപ്പെട്ട ഒരു ദിനത്തിനും,360 ഡിഗ്രിയെ അർദ്ധമായി വിഭജിച്ചാൽ (36ഃ2=720) കിട്ടുന്ന 720 (1/10=72/720) അർദ്ധഡിഗ്രികൾക്ക് 1/10 വീതം, 5 ഡിഗ്രിക്ക് ഒരു രാഗ മെന്നും കിട്ടുന്നു. ഇതാണ് ഹിന്ദുസ്ഥാനി, കർണ്ണാട്ടിക് സംഗീത ത്തിലെ സമയരാഗങ്ങൾ



മേള ചക്ര രാഗങ്ങളിലെ 8 ശുദ്ധരാഗങ്ങളെ (4 എണ്ണം പ്രതിമദ്ധ്യ മം) ശ്രീകൃഷ്ണന്റെ 8 പത്നിമാരായി കരുതുന്നു. ഈ രാഗങ്ങ

ളുടെ മിശ്രങ്ങളായ മറ്റ് 64 രാഗങ്ങളും ചേർന്നാൽ 72 സമ്പൂർണ്ണരാഗങ്ങൾ. 8 ശുദ്ധരാഗത്തെ ഓരോന്നിനെ 2 വിധം മിശ്രമാക്കിയാൽ 16 രാഗം. ഓരോ ഷോഡശരാഗത്തെയും വീണ്ടും 1000 വിധം സംയോജിപ്പിച്ചാൽ 16000 രാഗം. 8 ശുദ്ധരാഗവും 16000 മിശ്രരാഗവും ചേർന്നാൽ 16008 സംയോഗം. ഇത്രയും രാഗങ്ങൾ ശ്രീകൃഷ്ണന്റെ കാലത്തുണ്ടായിരുന്നു എന്നും തന്റെ കാലത്ത് 36 എണ്ണമേ പാടുന്നുള്ളൂ എന്നും ഭരതമുനി പറയുന്നുണ്ട്. താരഷഡ്ജം ചേർത്ത് സപ്തസ്വരങ്ങളെ പദപാഠ, ക്രമപാഠ, ജടാപാഠ, ഘനപാഠ ക്രമമനുസരിച്ച് വിന്യസിച്ചാൽ ഇങ്ങനെയിരിക്കും.

1. പദപാഠം

1	2	3	4	5	6	7	8
സ	രി	ഗ	മ	പ	ധ	നി	സ

2. ക്രമപാഠം

1–2	2–3	3–4	4–5	5–6	6–7	7–8
സരി	രിഗ	ഗമ	മപ	പധ	ധനി	നിസ

3. ജടാപാഠം

1–2	2–1	3–2	2–3	3–4	4–3....
സരി	രിസ	ഗരി	രിഗ	ഗമ	മഗ..

ഘനപാഠം

1–2–2–1	1–2–3–3–2–1
സരിരിസ	സരിഗഗരിസ
2–3–3–2	2–3–4–4–3–2
രിഗഗരി	രിഗമമഗരി

വൈദികമായ മാത്രകളുടെ ഉച്ചാരണം, സാമസംഗീതം എന്നിവയുടെ ക്രമവിന്യാസത്തിൽ എങ്ങനെ സപ്തസ്വരങ്ങളുടെ താള, രാഗക്രമ

ങ്ങൾ രൂപപ്പെട്ടുവന്നു. എന്ന് ഇത് കാണിയ്ക്കുന്നു. ശ്രുതി കൂടാതെ, ഗുരുപാടുന്നതുകേൾക്കാതെ, ഗ്രന്ഥം നോക്കി ഇത് പഠിയ്ക്കാൻ സാദ്ധ്യമല്ല. ശ്രുതിപ്രാമാണ്യം വേദത്തിനും സംഗീതത്തിനും ഒരേ പോലെയാണ്. യജ്ഞവൽക്ക്യൻ 4 വിധം യോഗങ്ങളെ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഇതിൽ ലയയോഗം അഥവാ നാദലയയോഗമാണ് സംഗീതം. നാദാനുസന്ധാനയോഗമെന്നും ഇതിനുപറയും .

മന്ത്രയോഗോ, ലയശ്ചൈവ

രാജയോഗോ, ഹഠസ്തഥാ

യോഗശ്ചതുർവിധ പ്രോക്തോ

യോഗിദിസ്തത്വദർശിഭിഃ (യാജ്ഞവൽക്ക്യൻ)

പ്രാണൻ, അഗ്നി എന്നിവയുടെ ,സംയോഗം കൊണ്ട് നാദം ജനിയ്ക്കുന്നു. നാദശ്രവണവും മൗനവും ചേർന്നത് മന്ത്രം. അതിൽ നിന്ന് രൂപദർശനത്തിന്റെ അവബോധം കിട്ടുന്നു. നാമരൂപാത്മകമായ പ്രപഞ്ചത്തിൽ ചലനശക്തി, ചാലന ശക്തി, ശ്രവണ ദർശന ശക്തി, ലയനശക്തി, സൃഷ്ടിസ്ഥിതി, ഇഛാ ജ്ഞാനക്രിയാ ശക്തികളെല്ലാം ശബ്ദശാസ്ത്രത്തിൽപ്പെടുന്നു. ഈ പ്രപഞ്ചത്തിൽ നമ്മുടെ (ആത്മാ) ഉപകരണം ഈ ശരീരവും മനസ്സും ബുദ്ധിയും ആണ്. അവയെ പൂർണ്ണമായി ഉപയോഗിയ്ക്കുന്ന മാർഗ്ഗമാണ് രാജയോഗം ഹംയോഗം ശരീരത്തിന്റെ വ്യത്യസ്ത ആസനങ്ങൾ എന്നിവയെ വിവരിക്കുന്നതും അഭ്യസിപ്പിക്കുന്നതുമാണ്. എങ്ങനെ അതിസൂക്ഷ്മമായ സമയത്തെ അതിസ്ഥൂലമായ കാലഗണനയോടും, മനുഷ്യപ്രാണനെ പ്രപഞ്ചത്തിലെ പ്രവഹാനിലനോടും ഇണക്കി, മനുഷ്യന്റെ പ്രാണായാമം, നാദലയയോഗങ്ങളാൽ ബ്രഹ്മത്തിൽ ലയിയ്ക്കുന്നു?   അതിന് കൃത്യമായ അളവ് ഭാരതീയർക്കുണ്ടായിരുന്നു. ജ്യോതിഷവും സംഗീതവും ആ അളവുകൾക്കിടയിൽ, ഗണി

തത്തിൽ ഒന്നായിത്തീരുന്ന അദ്വൈതം കാണുക.

ഒരു ലവം	= ഒരു താമരയിതളിൽ സൂചികുത്തുന്നസമയം
30 ലവം	= ഒരു ത്രുടി
30 ത്രുടി	= ഒരു കല
30 കല	= ഒരു കാഷ്ഠം
30 കാഷ്ഠം	= ഒരു നിമേഷം
8 നിമേഷം	= ഒരു മാത്ര= ഒരു ശ്വാസസമയം (മനുഷ്യന്റെ)
360 ശ്വാസം	= ഒരു നാഡിക (നാഴിക)
2 നാഡിക	= ഒരു മുഹൂർത്തം
30 മുഹൂർത്തം	= ഒരു ദിനരാത്രം
30 ദിനരാത്രം	= ഒരു മാസം
12 മാസം	= ഒരു മനുഷ്യവർഷം= ഒരു ദേവദിനരാത്രം
360 ദേവദിനരാത്രം	= ഒരു നക്ഷത്ര വർഷം
12000 നക്ഷത്രവർഷം	= ഒരു ചതുര്യുഗം
1000 യുഗം	= ഒരു ബ്രഹ്മരാത്രം
100 ബ്രഹ്മവർഷം	= ഒരു ബ്രഹ്മായുസ്സ് (ഒരു കാലനിശ്വാസസമയം)

ഇത് ശങ്കരാചാര്യകൃതമായ പ്രപഞ്ചസാരതന്ത്രത്തിലെ കണക്കാണ്. മന്ത്ര, സ്വരോച്ചാരണത്തിനും, സംഗീതത്തിലെ ലഘുഗുരുഉച്ചാരണത്തിനും ആലാപനത്തിനുമെല്ലാം നാം പ്രാണനെ അടക്കുന്നു. സുഖാസനത്തിൽ (പത്മാസനത്തിൽ) ഇരുന്ന് മൂന്നും നാലും മണിക്കൂർ ഇങ്ങനെ പ്രാണധാരണം ചെയ്ത് പാടുന്ന നാദലയ

യോഗി സ്ത്, ചിത്, ആനന്ദരൂപമായ ബ്രഹ്മരസത്തെനുകരുന്നു കേൾക്കുന്നവരിൽ ആ സുഖം ജനിപ്പിക്കുന്നു. സുശ്രുത സംഹിത 15ാം അദ്ധ്യായത്തിൽ 5തരം പ്രാണപ്രവർത്തനങ്ങൾ (പ്രസ്പന്ദനം, ഉദ്വാഹനം, പൂരണം, വിവേകം,ധാരണ) ആരോഗ്യത്തിന് കല്പിച്ചിരിക്കുന്നു. ഒരു നല്ല ഗായകന് ഈ 5 വിധ പ്രാണപ്രവർത്തനവും കൂടിയേ കഴിയൂ. ഹഠയോഗപ്രദീപികാഭാഷ്യപ്രകാരം കല നാദത്തിന്റെ ഭാഗമാണ്(കലാ നാദൈകദേശാഃ) മഹാസ്വഛന്ദ തന്ത്രത്തെ ഉദ്ധരിച്ച് ഭാസ്ക്കരരായൻ ബിന്ദുവിനു മുകളിൽ 8 വർണ്ണങ്ങളുണ്ടെന്നു പറയുന്നു. ഈ എട്ടു വർണ്ണങ്ങൾ ക്രമത്തിൽ–

1. അതിസൂക്ഷ്മം– ബോധിനി
2. നാദം
3. നാദാഭിധ
4. മഹാനാദ
5. വ്യാപികാശക്തി
6. അഞ്ചി
7. സാമനി
8. ഉന്മനി– എന്നാണ്.

അതി സൂഷ്മമായ ബോധിനി വർണ്ണം നാദവർണ്ണത്തിന്റെ വിവിധ വർണ്ണാവസ്ഥകളിലൂടെ വ്യാപിച്ച് പഞ്ചവിധ, സപ്തവിധ സാമസംഗീതമായി ഉന്മനി വർണ്ണമായിത്തീരുന്നതാണ് സംഗീതത്തിന്റെ നാദാനുസന്ധാനയോഗത്തിൽ നാം കാണുന്ന 8 വർണ്ണം. ഈ എട്ടും ബിന്ദു(ദൃശ്യപ്രപഞ്ചത്തിന്റെ സാന്ദ്രാവസ്ഥ) വിന് ഉപരിയായാൽ ശക്തി, ശിവശക്തി സാമരസ്യമാണ്. പുരുഷസ്ത്രൈണ സമ്മേളനമായ മഹത്ത് എന്ന നപുംസക അർദ്ധനാരീശ്വരരൂപമാണ്.

ശിവ+ശക്തി

↓

ശക്തി

നാദം

↓

ബിന്ദു

↓

ബിന്ദു (പുരുഷ) | ഹ- സ്ത്രൈണം (സൃഷ്ടി യുടെ പ്രാണൻ- പുറത്തേക്കുപ്രസ രിക്കുന്നു)സഃ വിസർഗ്ഗം- പ്രാണൻ അകത്തേക്ക് (പ്രകാശവിമർശരൂപമായ പ്രപഞ്ച ചലനം- പ്രാണചലനം)

ഭക്തിപാരമ്യത്തിൽ ബോധം (ചിത്തം)പൂർണ്ണമായി തുരീ യത്തിൽ ലയ്ക്കുന്ന ബ്രഹ്മാനുഭൂതിയ്ക്ക് സമമാണ് യോഗത്തിൽ ഉന്മനി അവസ്ഥ. അത് 8 വർണ്ണത്തിൽ ഏറ്റവും സ്ഥൂലമായ വർണ്ണ മാണ്. അതിസൂക്ഷ്മമായ ബോധിനി എന്ന ചിഛക്തിയായ പ്രപഞ്ച മാതാവിലേയ്ക്ക് തന്മയീഭാവം പ്രാപിയ്ക്കാൻ മനുഷ്യാത്മാവ് കയ റുന്ന ആദ്യത്തെപടി, വരിവസ്യാ രഹസ്യത്തിൽ ബിന്ദുസ്ഥാനം മുതൽ ആരംഭിച്ച് ഉത്ഥാനം ചെയ്യുന്ന നാദം സർവ്വരോഗഹരം, സർവ്വ സിദ്ധിപ്രദം, സർവ്വാനന്ദമയം എന്ന് പറയുന്നുണ്ട് (ബിന്ദുസ്ഥാന മാരഭ്യോത്ഥിതോ നാദ സ്സർവ്വരോഗഹര സർവ്വസിദ്ധിപ്രദ സർവ്വ ാനന്ദമയ ചക്രത്രയസ്യ- എന്ന് കാണുക)

ശ്രീവിദ്യാരാധനയിൽ സർവ്വവും ശക്തിസ്വരൂപിണിയായ അമ്മ യാണ്.

മാതാ, വിദ്യാ, ചക്രം, സ്വഗുരുഃ സ്വയം ചേതി

പഞ്ചാനാ മപി ഭേദാഭവോ മന്ത്രസ്യ

എന്നതനുസരിച്ച് അമ്മ, വിദ്യ, ശ്രീചക്രം, സ്വന്തം ഗുരു, സാധകൻ (സ്വയം) എന്നിവർക്ക് ഭേദമില്ല. അദ്വൈത ഭാവനയോടെ തന്മയീഭ വിക്കുന്നു. ഈ തന്മയീഭാവത്തിൽ ശിവശക്തി സാമരസ്യത്തിൽ നാദം ഏറ്റവും അടുത്തുനിൽക്കുന്നു. അതിനാൽ ഏതു ചികിത്സാ സമ്പ്രദായക്കാർക്കും നാദലയയോഗവും രാഗചികിത്സയും ഉപയോ ഗിച്ചാൽ താന്താങ്ങളുടെ സമ്പ്രദായത്തിന് കൂടുതൽ ശക്തിയും ഫലവും കിട്ടും. സംഗീതത്തിന്റെ സുവർണ്ണനൂലിൽ ഭൌതികശാ സ്ത്രങ്ങൾക്കും (ലൌകികം) അലൌകികാനന്ദത്തിനും മുത്തും പവിഴവുമായി ചേർന്നു കിടക്കാം. വിദ്യാവിദ്യാ സ്വരൂപിണിയായ ദേവിയുടെ (അമ്മയുടെ) വിശിഷ്ടഹാരം ആ അദ്വൈതത്തിന്റെ വൈജയന്തിയാണ്.

ത്രിഗുണങ്ങൾ

ഭഗവദ്ഗീതയിൽ (അദ്ധ്യായം 14 ഗുണത്രയവിഭാഗയോഗം. ഞലള. സൌവർണ്ണം ഗീതാഭാഷ്യം- സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട് കുരുക്ഷേത്ര പ്രകാശൻ 2000)ദേഹിയെ ദേഹത്തോട് ബന്ധിച്ച മൂന്നു കയറ് (ഗുണം) ആണ് പ്രകൃതിയുടെ സത്വരജസ്തമോഗുണങ്ങൾ. സത്വം പ്രകാശമയവും, അനാമയവും (ആമയം അഥവാ രോഗം ഇല്ലാത്തത്) സുഖ,ജ്ഞാന സംഗംകൊണ്ട് ബന്ധിയ്ക്കുന്നതും.ര ജസ്സ് രാഗാത്മകം, തൃഷ്ണാസംഗം, കർമ്മസംഗം എന്നിവയാൽ ബന്ധിക്കുന്നത്. തമസ്സ് അജ്ഞാനത്തിൽ നിന്നുണ്ടാവുന്ന, പ്രമാ ദം, ആലസ്യം, നിദ്ര എന്നിവകളാൽ ബന്ധിക്കുന്നു. ഈ ഗുണങ്ങ ളുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലനുസരിച്ചാണ് എല്ലാ വസ്തുക്കളുടേയും (മനുഷ്യനടക്കം) സ്വഭാവം. തമസ്സ് കൂടുതലാവുമ്പോൾ മൃഗം, മരം, ചെടി മുതലായ യോനികളിൽ ജനിയ്ക്കുന്നു. സത്വം കൂടുതലാ യാൽ ജ്ഞാനിയായി ജനിക്കുന്നു. ത്രിഗുണാതീതനായാൽ പ്രകൃ തിയെ ജയിച്ചു. പരമപദപ്രാപ്തികിട്ടി. ഇതിന് സത്വഗുണ പ്രാധാ ന്യമുള്ള ജ്ഞാനം തന്നെ വേണം.അതുകൊണ്ട് സത്വഗുണം വളർത്തിയെടുക്കാൻ ഓരോ മനുഷ്യനും ശ്രമിക്കണം. ദൈവീ സമ്പത്തി (അദ്ധ്യായം 16. ദൈവാസുര സമ്പദ്വിഭാഗയോഗം) സത്വ ഗുണലക്ഷണമാണ്.

അഭയം, അന്തഃ കരണശുദ്ധി, ജ്ഞാനയോഗത്തിൽ ഉറച്ചമനസ്സ്, ദാനം, ദമം, യജ്ഞം, സ്വാദ്ധ്യായം, തപസ്സ്, ആർജ്ജവം, അഹിംസ, സത്യഭാഷണം, ക്രോധമില്ലായ്മ, ത്യാഗം, ശാന്തി, പരദൂഷണം പറ യായ്ക, സർവ്വഭൂതദയ, വിഷയലോലുപത ഇല്ലായ്മ, മൃദുലഹൃദ യം, ലജ്ജ, ചാപല്യമില്ലായ്മ, തേജസ്സ്, ആരെയും ദ്രോഹിക്കാതിരി

ക്കൽ, വിനയം ഇവയൊക്കെ സാത്വികഗുണമുള്ള ആളുകളുടെ ലക്ഷണമായ ദൈവീവൃത്തികളാണ്. എന്താണ് ആസുരീവൃത്തി യുടെ ലക്ഷണം? പ്രവൃത്തി, നിവൃത്തി വേർതിരിച്ചറിയില്ല. ശൌചവും സദാചാരവും സത്യവുമില്ല-ജഗത് അസത്യവും നിരാ ധാരവും ഈശ്വരനില്ലാത്തതും, കാമം കൊണ്ട് സ്ത്രീപുരുഷ മൈഥു നത്താൽ മാത്രം ഉണ്ടായതുമാണ് എന്ന് വാദിയ്ക്കുന്നു. അല്പ ബുദ്ധികളായി, ഉഗ്രകർമ്മങ്ങൾ (ഹിംസ) ചെയ്ത് അതിനെ നശി പ്പിക്കുന്നു. കാമം തീരാത്തവരാണവർ. ദംഭം, ദുരഭിമാനം, മദം, അശു ചിത്വം, എപ്പോഴും ധനം സമ്പാദിക്കുന്ന ലോഭം, എനിയ്ക്കിത്ര ആസ്തിഉണ്ട്, ഇനി ഇത്ര കിട്ടുമെന്ന കണക്കുകൂട്ടൽ, ആ ശത്രുവി നെകൊന്നു, ഇനി ഈ ശത്രുവിനെ കൊല്ലുമെന്ന പ്രതിജ്ഞ, ഞാനാണ് ഭോഗിയും സിദ്ധനും, ബലവാനും സുഖിയും ആഢ്യ നും, ഈശ്വരനും- എനിക്കു തുല്യമായി ആരുമില്ല എന്ന അജ്ഞാ നത്താലാണ് ദാനവും യാഗവും എല്ലാം എന്ന അവസ്ഥ- മറ്റൊ രാൾ വലുതായാൽ അസൂയ, വിദ്വേഷം, മത്സരം-

ഇന്നിപ്പോൾ ഈ സ്വഭാവം കൂടിവരികയാണ് ആളുകൾക്ക് അതു കൊണ്ട് ഉണ്ടാവുന്ന പ്രശ്നങ്ങളാണ് ലോകത്തിൽ കേൾക്കുന്നത്. അസുരന്മാർക്കും ശ്രദ്ധ യുണ്ട്. പക്ഷെ അത് ജ്ഞാനത്തിലല്ല, മറ്റുപലതിലുമാണ്. ഒരു മനുഷ്യനു പ്രിയമായ ആഹാരം, യജ്ഞം, തപസ്സ്, ദാനം എന്നിവ വെച്ചും നമുക്ക് ഒരാൾ സാത്വികനോ രാജ സനോ താമസനോ എന്നറിയാം. ഇതൊക്കെ ഗീതാഭാഷ്യത്തിൽ (കൃഷ്ണൻ വിസ്തരിച്ചു പറഞ്ഞപ്രകാരം) ഞാൻ എടുത്തു പറ യുകയുണ്ടായി- വൈദ്യൻ ബാഹ്യവും ആന്തരവുമായ ഒരാളുടെ കർമ്മാനുസൃതം അവരുടെ ത്രിഗുണാത്മകസ്വഭാവം മനസ്സി ലാക്കിയാണ് യോജിച്ച ചികിത്സയും ചര്യയും നിശ്ചയിക്കുന്നത്.

ത്രിഗുണങ്ങളുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിൽ വെച്ചാണ് വൈദ്യൻ / ജ്ഞാനി യായ ഗുരു ശിഷ്യൻ/ രോഗി ഏതു വർണ്ണത്തിൽ പെടുന്നു എന്ന് ഗ്രഹിക്കുന്നത്.

ശ്ലോ.42 ശമോ, ദമ, സ്തഃ ശൌചം
ക്ഷാന്തി, രാർജ്ജവമേവച
ജ്ഞാനം വിജ്ഞാനമാസ്തിക്യം
ബ്രഹ്മ കർമ്മ സ്വഭാവജം

ശമം,ദമം,തപസ്സ്,ശൌചം,ക്ഷാന്തി, ആർജ്ജവം, ജ്ഞാനം, വിജ്ഞാനം,ആസ്തിക്യം-ബ്രഹ്മകർമ്മസ്വഭാവം ബ്രാഹ്മണലക്ഷണം (സാത്വികം)

ശ്ലോ.43 ശൌര്യം തേജോ ധൃതിർദാക്ഷ്യം
യുദ്ധേ ചാപ്യപലായനം
ദാന മീശ്വരഭാവശ്ച
ക്ഷാത്രം കർമ്മ സ്വഭാവജം

ശൌര്യം, തേജസ്, ധൃതി, ദാക്ഷ്യം, യുദ്ധത്തിൽ പിന്തിരിഞ്ഞ് ഓടാതിരിയ്ക്കൽ, ദാനം, ഈശ്വരഭാവം- ക്ഷാത്ര ലക്ഷണം (രാജസം)

ശ്ലോ.44 കൃഷി, ഗൌരക്ഷ്യ, വാണിജ്യം
വൈശ്യകർമ്മ സ്വഭാവജം
പരിചര്യാത്മകം കർമ്മം
ശൂദ്രസ്യാപി സ്വഭാവജം

കൃഷി, ഗോരക്ഷ, വാണിജ്യം എന്നിവ വൈശ്യകർമ്മം. പരിചരണം ശുദ്രകർമ്മം. ഇവരിൽ സത്വരജസ്തമോഗുണമിശ്രണമുണ്ട് (തൊലിയുടെ നിറമെന്നർത്ഥമില്ല ചാതുർവ്വണ്യത്തിന് എന്ന് ശ്രദ്ധിക്കുക)

ഒരു മനുഷ്യനിലും ഒരു ഗുണം മാത്രമായി ഇരിയ്ക്കയില്ല. സത്വ ഗുണം കൂടിയവർ ബ്രാഹ്മണസ്വഭാവവും രജോഗുണം കൂടിയവർ ക്ഷത്രിയ സ്വഭാവവും കാട്ടും. ഈ രണ്ട് ദൈവാസുരിവൃത്തികൾക്കി ടയിൽ (extremes) മാനുഷീവൃത്തിക്കാരായ വൈശ്യ, ശൂദ്രർ ഇരി യ്ക്കുന്നു.

ആയുർവ്വേദത്തിന്റെ ലക്ഷ്യം ശരീരത്തെ അതാതിന്റെ പ്രകൃതി അനു സരിച്ചുള്ള സന്തുലിതാവസ്ഥ പ്രാപിക്കാൻ സഹായിക്കൽ മാത്ര മാണ് (ഉത്തരസ്ഥാനം- 64.2 സു. സംഹിത) സത്യം അഥവാ ഉണ്മ, ഊർജ്ജം അഥവാ കർമ്മം, ആലസ്യം അഥവാ തമസ്സ്- ഇവയുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിൽ കൊണ്ട് അനേകായിരം രോഗങ്ങൾ, അവയുടെ മൂർഛാവസ്ഥകൾ, പല രോഗങ്ങളുടേയും സമ്മിശ്രം കൊണ്ട് വീണ്ടും അനേകായിരം രോഗങ്ങൾ സംഭവിക്കുന്നു. (ഉ. സ്ഥാ- 66-6. സു. സംഹിത) ആയുർവ്വേദം വിധിയ്ക്കുന്ന ഋതു, ദിന, ചര്യകൾ, ആ ചര്യകളിൽ പാടുന്ന ചര്യാഗീതങ്ങൾ എന്നിവ ത്രിദോഷ സാമ്യാ വസ്ഥയിലെത്തിയ്ക്കയാൽ രോഗപ്രതിരോഗ വിധികൾ കൂടിയാണ്. സുശ്രുതസംഹിതയിൽ ഉത്തരായനാരംഭം ശിശിരാദ്യത്തിലും ഹേമ ന്താന്ത്യത്തിലുമാണ് വർഷം, ശരത്, ഹേമന്തം, ശിശിരം, വസന്തം, ഗ്രീഷ്മം, പ്രാവൃഢം എന്ന് ക്രമം. കാശ്യ പീയത്തിലെ ഋതു വിമാ നത്തിലും ആത്രേയഭേടസംഹീതയിലെ ഋതുവിമാനത്തിലും ഭൈഷ ജ്യദശയിൽ ഹിമ, ശിശിരയോ രഭേദം, പ്രാവൃഢ വർഷയോരഭേദം എന്നുകാണാം. ഭാരതത്തിൽ സർവ്വത്ര ഏകരൂപമായിട്ടല്ല ഋതു വിഭാഗം ലങ്കയിൽ ശീതോഷ്ണദശ എല്ലാ കാലവും ഏതാണ്ട് സമ പ്രായമാണ്. മദ്രാസ് പ്രസിഡൻസി (പഴയ) യിൽ മാർഗ്ഗ ശീർഷ പൌഷമാസങ്ങളിൽ മാമ്പൂവ് ഉണ്ടാവും വൈശാഖത്തിൽ അവ പഴമാവും. ഗ്രീഷ്മത്തിൽ വംഗോപസാഗരം (ബംഗാൾ ഉൾക്കടൽ)

അറേബിയൻ ഉപസാഗരം എന്നിവയിൽ വായുഗതിയാൽ വർഷം ലഭിക്കുന്നു. കശ്യപന്റെ സുശ്രുതടീകയിൽ ഗംഗയ്ക്കു വടക്ക് ഹേമന്തശിശിര പ്രകൃതിയും ഗംഗയ്ക്ക് തെക്ക് പ്രാവൃഢ വർഷ പ്രകൃതിയുമാണ് ഭാരതഭൂമി. ഇപ്രകാരം കാലാവസ്ഥ, ജ്യോതിശ്ചക്രം, ഓരോഋതുവിലും ഉണ്ടാവുന്ന ഫലങ്ങൾ എന്നിവ ഓരോ ഭൂഭാഗത്തും വേറെയാകയാലും, മനുഷ്യൻ അവന്റെ ഇക്കോളജിയോട് ബന്ധിക്കപ്പെട്ടിരിക്കയാലും ഓരോരുത്തരിലും ത്രിഗുണങ്ങൾ പല അനുപാതത്തിലാകയാലും ഇതെല്ലാം പരിഗണിച്ചാണ് വൈദ്യൻ ഓരോവ്യക്തിയ്ക്കും ചികിത്സ/ചര്യ നിശ്ചയിക്കുന്നത്. ഇത് രാഗ ചികിത്സയിലും ബാധകമാണ്. ഇക്കാരണത്താൽ അലോപ്പതിയിലെ പോലെ ഒരു രാഗം ഒരു രോഗം എന്ന രീതിയല്ല ആയുർവ്വേദത്തിൽ. സാഖ്യരുടെ പ്രപഞ്ചോല്പത്തിയാണ് ആയുർവ്വേദം അംഗീകരിക്കുന്നത് സൃഷ്ടി ആരംഭിക്കുമ്പോൾത്തന്നെ സാമ്യാവസ്ഥയിൽ മാറ്റം വരുന്നു. പ്രകൃതിയിൽ നിന്ന് മഹത്ത്, മഹത്തിൽ നിന്ന് 3തരം അഹങ്കാരം (വൈകാരികമായ സാത്വികം, തൈജസികമായ രാജസം, ഭൂതാദിയായ താമസം) ഉണ്ടാവുന്നു. സാത്വികത്തിൽ രാജസം പ്രചോദനം ചെലുത്തുമ്പോൾ മനസ്സ് അടക്കം 11 ഇന്ദ്രിയം ഉണ്ടാവുന്നു. ഭൂതാദിയിൽ തൈജസം പ്രചോദനം ചെലുത്തുമ്പോൾ സൂക്ഷ്മഭൂതപഞ്ചതന്മാത്ര ഉണ്ടാവുന്നു. ഇവയിൽ നിന്നാണ് പഞ്ചഭൂതാത്മകമായ ശരീരം ഉണ്ടാവുന്നത്. ശരീരത്തിൽ താമസ, രാജസവും, മനോബുദ്ധികളിൽ രാജസ, സാത്വികവുമാണ്, കൂടുതൽ. മേല്പറഞ്ഞവ സൃഷ്ടിയുടെ ഉപാദാന കാരണങ്ങളാണ്. 6 നിമിത്ത കാരണങ്ങൾ സ്വഭാവം, ഈശ്വരൻ, കാലം, യദൃഛ, നിയതി, പരിണാമം എന്നിവയാണ് സർവ്വജ്ഞനും സർവ്വഗതനും ക്ഷേത്രജ്ഞനുമായ പുരുഷൻ ശരീരത്തിനുള്ളിൽ അസർവ്വ ഗത

ക്ഷേത്രജ്ഞനായ കർമ്മ പുരുഷനായി അറിയപ്പെടുന്നു. (ഇതാണ് ജീവാത്മാവ്) പൂർവ്വജന്മകൃതകർമ്മങ്ങളുടെ വാസനാഫലംകൊണ്ട്, കർമ്മ പുരുഷൻ ദൈവീകം, മാനുഷികം, മൃഗീയം(ആസുരികം) മുതലായ അസ്തിത്വങ്ങൾ ഗർഭാധാനം നടന്ന നിമിഷം തന്നെ സ്വീകരിക്കുന്നുണ്ട് (ശരീരസ്ഥാനം 1.1.17) മനസ്സ്, ഇന്ദ്രിയം, ഭൌതിക ശരീരം ഇവയോടുചേർന്ന കർമ്മപുരുഷന് (ജീവാത്മാവിന്) വേണ്ടിയുള്ള ശാസ്ത്രമാണ് ആയുർവ്വേദം. പരമാത്മാവ് നിത്യനിരാമയമാകയാൽ അതിന് ഈ ശാസ്ത്രം ആവശ്യമില്ല.

അന്നവും ഔഷധവുമായിത്തീരുന്ന എല്ലാ ദ്രവ്യവും പഞ്ചമഹാഭൂതസംഘാതമാകയാൽ പ്രകൃതിജന്യമാണ്. അതിനാൽ പ്രകൃതിതത്ത്വങ്ങളും ത്രിഗുണാത്മകത്വവും അവയിലെല്ലാം ഉണ്ട്. ജീവശാസ്ത്രമെന്നത് ഇവയുടെ (പ്രകൃതിയുടെ) സമഗ്രജ്ഞാനമാണ് (ശരീ1.12-14) ജീവജന്തുക്കൾ ആനന്ദം കാംക്ഷിക്കുന്നവരാണ്. ദുഃഖം, കഷ്ടപ്പാട് എന്നിവയെ ആഗ്രഹിയ്ക്കാത്തവരും കർമ്മം, ശ്വാസോഛ്വസം, വിസർജ്ജനം, ഇമവെട്ടൽ, ബുദ്ധി, ശക്തി, മനസ്സ്, വിചാരശീലം, ഇഛ, ഓർമ്മ, അനുഭവജന്യമായ വിജ്ഞാനം, ഗ്രാഹ്യശക്തി, മേധ എന്നിവ ജീവികളുടെ സഹജ സ്വഭാവമാണ്. എന്നാൽ ത്രിഗുണങ്ങളുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലനുസരിച്ച് ഓരോ ജീവിയിലും ഈ സ്വഭാവങ്ങൾ വ്യത്യസ്തമായിരിയ്ക്കും. സുശ്രുതസംഹിതസത്ത്വഗുണ, രാജോഗുണ, തമോഗുണ പ്രധാനികളുടെ ലക്ഷണങ്ങൾ താഴെപ്പറയും പ്രകാരം കൊടുത്തിരിക്കുന്നു. (ഗീതയുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുക)

1. സാത്വികർ- ജീവകാരുണ്യം, ക്ഷമ, സത്യശീലം, ധാർമ്മികസ്വഭാവം, ഈശ്വരവിശ്വാസം, ആത്മജ്ഞാനം, ബുദ്ധിശക്തി, ഓർമ്മശക്തി, സ്ഥിരചിത്തത, ഗ്രാഹ്യശക്തി, സംസാര വിരക്തി

എന്നിവ ലക്ഷണങ്ങൾ ഏതു വിധ ക്ലേശവും ആത്മബലം കൊണ്ട് സഹിക്കാൻ കരുത്തുള്ളവരായിരിക്കും വൈദ്യന്മാർക്ക് ബുദ്ധിമുട്ടുണ്ടാക്കുകയില്ല.

2. രാജസർ- ദുഖത്തോട് വൈകാരിക പ്രതികരണം ഏറിയിരിക്കും. മനസ്സിന് ദ്വന്ദ്വഭാവം കൂടും സത്യം അറിയാൻ ത്രാണി കുറവാണ്. അഹങ്കാരികളും അസത്യശീലരുമാണ് ജീവകാരുണ്യം കുറവാണ്. ദുരഭിമാനികളും ആത്മ വിശ്വാസം ഏറിയവരും ത്രീവ്രമായ ഇഛകളോടും കോപത്തോടും കൂടിയവരും, കാര്യസാദ്ധ്യത്തിൽ മനസ്സൂന്നിയ പ്രതിഭാശാലികളുമായിരിക്കും. ആവശ്യകതയെക്കുറിച്ച് ബോദ്ധ്യം വരുത്തിയ ശേഷം മാത്രമെ, അതും നിർബന്ധിച്ചാൽ മാത്രം, രാജസർ ക്ലേശം സഹിയ്ക്കാൻ തയ്യാറാവുകയുള്ളു.

3. അധാർമ്മികത്വം, അസത്യവചനം, ഈശ്വരനിന്ദ, നിരീശ്വരത്വം, മന്ദബുദ്ധി, അജ്ഞാനം, വികടമനസ്സ്, ശാരീരികവും മാനസികവുമായ ആലസ്യം, നിദ്ര എന്നിവ ലക്ഷണം (ശരീ.11-18-19) ഏറ്റവും നിസ്സാരമായ വേദന പോലും സഹിക്കാനാവാതെ ഭയപ്പെട്ട് വിരണ്ടോടുന്ന പ്രകൃതമാണ്.

പഞ്ചഭൂത സ്വഭാവങ്ങൾ ജൈവതന്തുക്കളിൽ കാണാം. ആകാശം സത്വ ഗുണ പ്രധാനമാണ്. ശബ്ദം, ശ്രവണം, ശരീരത്തിലെ രക്തക്കുഴലുകൾ, ദ്വാരങ്ങൾ എന്നിവയ്ക്ക് ആകാശം ആധാരമാകയാൽ ഇവയെല്ലാം സാത്വികമാണ്.(കുഞ്ഞിൽ ശബ്ദം, ശ്രവണം ആദ്യം ഉണ്ടാവുന്നത് സാത്വിക പ്രകാശമാണ്) വായുരജോഗുണപ്രധാനമാണ്. സ്പർശം, സ്പർശേന്ദ്രിയം, ഭൌതിക പ്രവർത്തനങ്ങൾ, ശരീരസ്പന്ദം, ചലനം, ലഘുത്വം ഇവയുടെ ആധാരം വായുവാണ്. (ആകാശത്തിലൂടെ വായു ചലിക്കുമ്പോൾ

നാം ശബ്ദം അനുഭവിക്കുന്നു. ഈ പ്രക്രിയ ഗർഭസ്ഥശിശുവിൽ ആദ്യമായി ആരംഭിക്കുന്നു) സത്വരജസ്സുകൾ ചേർന്നതാണ് അഗ്നി അഥവാ തേജസ്സ് ദർശനം, നേത്രം, വർണ്ണം, സന്ധാനം, ദഹനം, ക്രോധം, തൽക്ഷണപ്രതികരണം, ധൈര്യം, ക്രൌര്യം, വീര്യം ഇവയ്ക്കാധാരമാണ് തേജസ്സ്. (നാഭിയിൽ തേജസ്സും വായുവും ചേർന്ന് ഉയരുന്ന ഉദാനൻ വാഗിന്ദ്രിയത്തിൽ കമ്പനമായി വൈഖരിയായി ത്തീരുന്നു) ഇങ്ങനെയാണ് ധ്വനിവർണ്ണ, ശ്രുതിദർശന, തരംഗപര മാണു സ്വഭാവമായി നാദപ്രകാശോർജ്ജ മായി ബ്രഹ്മാണ്ഡ ത്തിലും കുഞ്ഞിലും നാദം അഭിവ്യക്തമായി സംഗീത സാഹിത്യ ങ്ങൾ ആയിത്തീരുന്ന ഉത്ഭവചരിത്രം മനുഷ്യർ ആനന്ദരസാനുഭവം ഇഷ്ടപ്പെടുന്നു. ആപസ്സിൽ (ജലം) സത്വതമോഗുണങ്ങളുണ്ട്. രുചി(രസം), ദ്രവത്വം, കനം, തണുപ്പ് (കുളിർമ്മ) രേതസ്സ് എന്നിവയ്ക്കാധാ രമാണ് ജലം. ആനന്ദരസാനുഭവം, പ്രജാസൃഷ്ടി എന്നിവയോട് ബന്ധപ്പെട്ടതും ബ്രഹ്മാനുഭവം, പ്രപഞ്ചസൃഷ്ടി ഇവയോടു ബന്ധ പ്പെട്ടതുമാണ് ക്ഷീരോദകശായിയും ഗർഭോദകശായിയുമായ നാരാ യണ, നരന്മാരുടെ യോഗനിദ്രയിലെ നാദാനുഭവം, നാദലയം. പൃഥി തമസ്സാണ്. ഗന്ധം, ഘ്രണേന്ദ്രിയം, കനം, ഖരത്വം, ഗുരുത്വം ഇവ യ്ക്കാധാരമാണ്. (സൂത്രസ്ഥാനം 42.2, ശരീര-1-20-21) ഇവയെല്ലാം ചേർന്നതാണ് ഭ്രൂണാവസ്ഥയിലുള്ള കുഞ്ഞിന്റെ സഹജസ്വഭാവം. ഹിപ്പോക്രാറ്റസ്സിന്റെ 4വിധം മനുഷ്യരോട് സുശ്രുതന്റെ ഗുണാധി ഷ്ഠിതമായ മനുഷ്യ സ്വഭാവത്തെ താരതമ്യപ്പെടുത്തിയാൽ ഗ്രീസിൽ സാത്വികമായ ആകാശതത്ത്വത്തെ പൂർണ്ണമായി ഉപേക്ഷിച്ച് (ശബ്ദം, ശ്രവണം ലരേ) തമസ്സായ പൃഥ്വീതത്ത്വത്തിന് സത്വഗുണ പ്രധാനമായ പുരുഷന്റെ ലക്ഷണങ്ങളാണ് കൊടുക്കിരിക്കുന്നതെന്ന് കാണാം. ഇത് അതിപ്രധാനമായ ഒരു വ്യത്യാസമാണ് ഗ്രീസും

ഭാരതവും തമ്മിൽ.

ഹിപ്പോക്രാറ്റസ്സിന്റെ 4 തരം മനുഷ്യർ.

Sanguine man -പൃഥ്വീതത്ത്വം ഏറെ. ആനന്ദശീലർ. ശുഭാപ്തിവിശ്വാസികൾ രക്തസംബന്ധമായ രോഗം കൂടും.

Phlegmatic man - വായുതത്ത്വം കൂടും. പെട്ടെന്ന് വികാരാധീനരാവില്ല. ശാന്തശീലർ. കഫരോഗം കൂടും.

Choloric man- അഗ്നിതത്വം കൂടിയ വികാരജീവികൾ. മഞ്ഞപ്പിത്തം, വയറിളക്കം എന്നിവ കൂടുതൽ

Melancholy man- ജലതത്വം കൂടും. വിഷാദരോഗം, കറുത്തപിത്തം കൊണ്ടുള്ള മാനസികരോഗം (Schizo phrenia etc)

ബീജാധാനവും ജനിതക സിദ്ധാന്തവും സുശ്രുതസംഹിതയിൽ:-

പുരുഷൻ അനാദിമദ്ധ്യാന്തവും ശാശ്വതവും മാറ്റങ്ങൾ ഇല്ലാത്തവനുമാണ് (ശരീര 1-0) നിത്യനും, അച്യുതനും, സർവ്വഗതനുമായ ആ ക്ഷേത്രജ്ഞൻ ശരീരത്തോടു ചേരുമ്പോൾ ഒരു ജീവി ഉണ്ടാവുന്നു. കർമ്മ പുരുഷൻ ശരീരത്തോട് വേർപെടുമ്പോൾ ജീവി മരിയ്ക്കുന്നു. (ശരീര 1-16-17) ബീജവും ശോണിതവും ചേർന്ന സങ്കലനത്തിലേക്ക് (zygote) ക്ഷേത്രജ്ഞൻ സ്വേഛയാ പ്രവേശിക്കുമ്പോൾ ആ സങ്കലനത്തിന് തന്റേതായ ഒരു ബോധം, ഇന്ദ്രിയഗ്രാഹ്യശക്തി, സൃഷ്ടിശക്തി, ചലന ശക്തി, നിരീക്ഷണപാടവം, സ്വയം പര്യാപ്തത, സ്വയം അഭിവ്യക്തമാവാനുള്ള ബലം ഇവയൊക്കെ പ്രദാനം ചെയ്യുന്നു (ഇവ പൂർവ്വവാസനാബലമാണ്). ജീവിയുടെ സ്വഭാവത്തെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ത്രിഗുണങ്ങൾ അതിന് കൊടുക്കുന്നത് കർമ്മപുരുഷനാണ് ആ കർമ്മ പുരുഷ സ്വഭാവം ഗഹനവും, അറിയാൻ പ്രയാസവുമാണ്. ആധാനലഗ്നം മുതൽ (അമ്മയുടെ ശോണിതത്തോട്, അഛന്റെ ബീജം സങ്കലനം ചെയ്തക്ഷണം

മുതൽ) ജീവിതം (life) ആരംഭിക്കുന്നു. ഈ സങ്കലന വസ്തുവെ ഗർഭപാത്രത്തിൽ തനിയ്ക്കായി നിശ്ചയിക്കപ്പെട്ടസ്ഥാനത്ത് വായു എത്തിയ്ക്കുന്നു (ശരീര 3-3)

പ്രജാസൃഷ്ടിയിൽ മനുഷ്യന്റെ നിയന്ത്രണത്തിലുള്ള കാര്യങ്ങൾ മൂന്നെണ്ണമാണ്.

1. അനുയോജ്യരായ ദമ്പതിമാരെ തെരഞ്ഞെടുത്ത് സംയോജിപ്പിക്കുക
2. ദമ്പതിമാർ ഉത്തമ പ്രജാലബ്ധിക്കായി ശുഭകാലത്ത് സംയോഗം ചെയ്യുക
3. ഗർഭകാല സംരക്ഷണം.

(1,2 കാര്യങ്ങൾ വിശദമായി ചർച്ചചെയ്യുന്നത് കാമശാസ്ത്രവും, ജ്യോതിഷവുമാണ്)

സംയോഗം കൊണ്ടുമാത്രം പ്രജ ഉല്പാദിപ്പിയ്ക്കപ്പെടുകയില്ല. അതിന് കർമ്മപുരുഷനായ ജീവാത്മാവിന്റെ സഹായം കൂടി വേണം (ശരീര-39-42) മനുഷ്യനെ ഒരു ചെടിയോടാണ് സുശ്രുതൻ ഉപമിക്കുന്നത്. നല്ല പരാഗരേണുക്കൾ നല്ല പെൺപൂവിൽ വീണ് ശക്തിയുള്ള വിത്തുണ്ടാവുന്നു. നല്ല വിത്ത് ഫലഭൂയിഷ്ഠമായ ക്ഷേത്രത്തിൽ (ഭൂമി) അനുകൂലമായ ഋതുവിൽ, ശുഭകാലത്ത് നട്ട് (ശുഭയായ അമ്മയെ വേണ്ടത്ര ശ്രദ്ധയോടെ പരിപാലിച്ച്) ജലവും വളവും കൊടുത്താലേ നല്ലവിളവ് (നല്ല പ്രജ) ലഭിക്കുകയുള്ളൂ കുഞ്ഞ് ധർമ്മിഷ്ഠനും ദാനതല്പരനും ആയുഷ്മാനും ആരോഗ്യവാനും ഊർജ്ജസ്വലനും സുന്ദരനുമാകണമെങ്കിൽ ഈ മൂന്നു കാര്യങ്ങൾ ശ്രദ്ധിക്കണം (ശരി. 2-33) ജനിതകങ്ങൾ, കാലം, പരിസ്ഥിതി എന്നിവയെ ആധാരമാക്കിയാണ് ഈ മൂന്നുകാര്യങ്ങൾ. മാതാപിതാക്കൾ പ്രായപൂർത്തിവന്നവരും ആരോഗ്യവും ശുചി

ത്വവും ഉള്ളവരും ആവണം. ബീജശോണിതങ്ങൾക്ക് തകരാറൊന്നും ഉണ്ടാവരുത്. തകരാറുണ്ടെങ്കിൽ അത് ചികിത്സിച്ച് മാറ്റിയ ശേഷമെ സംയോഗം ചെയ്യാവൂ. (ശരീര-2-5-18) ബീജശോണിതങ്ങളുടെ ചിലതരം രോഗങ്ങൾക്ക് മരുന്നില്ല- അത്തരം രോഗങ്ങളുള്ള വ്യക്തികൾ ബീജസങ്കലനത്തിന് യോഗ്യരല്ല (ശരീര 2-2-4) ബീജശോണിതദോഷം, സംയോഗവിധികളിലെ ദോഷം, സംയോഗവേളയിൽ മാതാപിതാക്കളുടെ ശാരീരിക മാനസികാവസ്ഥകൾ എന്നിവയും കുഞ്ഞിന്റെ ആരോഗ്യത്തെ ബാധിക്കുമെന്നതിനാൽ വർജ്ജിയ്ക്കേണ്ട വിധികൾ സുശ്രുതൻ നിർദ്ദേശിച്ചിട്ടുണ്ട് (ശരീര-2-36-43) സംയോഗത്തിനുമുമ്പ് വീര്യധാരണം അതിപ്രധാനമാണ്. സ്ത്രീപുരുഷന്മാർ ഒരു മാസം അകന്നുതാമസിച്ചശേഷം സംയോഗം ചെയ്യണം പകൽകിടന്നുറങ്ങരുത്. സ്ത്രീപ്രസാദാത്മികയാവണം. കരഞ്ഞുകൊണ്ടിരിക്കരുത്. ക്ഷീണിപ്പിക്കുന്ന കഠിനാദ്ധ്വാനം ചെയ്യരുത്. ഉറക്കെ സംസാരിച്ചും ചിരിച്ചും വേഷം കെട്ടിയും നേരം വെറുതെ കളയരുത്. ശക്തമായ കാറ്റ്, ചൂട്, എരുവുള്ള ഭക്ഷണം, മാംസാഹാരം എന്നിവ വർജ്ജിക്കണം. മുതിർന്ന പരപുരുഷന്മാരെ ഗർഭകാലത്ത് കാണരുത്. (ഇത് പരിചയമില്ലാത്ത സംഭാഷണവും ചിരിയും കൊണ്ട് കുട്ടിയ്ക്ക് ബുദ്ധിമുട്ട് വരാതിരിയ്ക്കാനാണ്) (ശരീര-2-24-25) ഇതൊക്കെയാണ് നിർദ്ദേശങ്ങൾ.

മൃദുവായി കുഞ്ഞിനോട് സംസാരിച്ചും അതിന് പാട്ട് പാടിക്കൊടുത്തും ആനന്ദവതിയായി നല്ല വാക്കുകൾ കേട്ടും പറഞ്ഞും, നല്ല സംഗീതം കേട്ടും, നല്ല ഭക്ഷണം കഴിച്ചും ഗർഭവതിയായ സ്ത്രീ ഇരിയ്ക്കണം. സുശ്രുതന്റെ അഭിപ്രായത്തിൽ ആധാനലഗ്നം മുതൽ തന്നെ കുഞ്ഞിന്റെ ശാരീരികമാനസികസ്വഭാവങ്ങൾ നിർണ്ണയിക്കപ്പെട്ടുകഴിഞ്ഞു.

അഛനിൽ നിന്നു കിട്ടുന്നത് - മുഖം, തല, ശരീരം എന്നിവിടങ്ങളിലെ രോമങ്ങൾ, എല്ല്, നഖം, പല്ല്, ഞരമ്പ്, സിര, രേതസ്സ്,

അമ്മയിൽ നിന്നു കിട്ടുന്നത് - രക്തം, മജ്ജ, ഹൃദയം, നാഭി, കരൾ, കുടൽ, ഉല്പാദനേന്ദ്രിയം, മാംസപേശികൾ

അമ്മയുടെ ശരീരത്തിലൂടെ ഒഴുകുന്ന (അമ്മ കഴിക്കുന്ന) ദ്രാവക രൂപമായ അന്നരസത്തിൽ നിന്ന്- ശക്തി, നിറം, ആകൃതി

കർമ്മ പുരുഷനിൽ നിന്ന്- ഇന്ദ്രിയഗ്രഹണ ശക്തി, വിവേകം, ജ്ഞാനം, സുഖദുഃഖാനുഭവശേഷി, ആയുസ്സ്.

വീര്യവും, ആരോഗ്യവും, ശരീരപ്രകൃതിയും, നിറവും, ബുദ്ധിയും മാതാപിതാക്കളുടെ കർമ്മപരവും ആത്മീയവുമായ യോജിപ്പു കൊണ്ട് ഒരളവ് നിയന്ത്രിക്കപ്പെടുന്നു (ശരീ-3-19) ത്രിഗുണങ്ങൾ പ്രകൃതിയുടെ അഭിവ്യക്തിയെകുറിയ്ക്കുന്നു. ത്രിധാതുക്കൾ ശരീരത്തിന്റെ അഭിവ്യക്തിയെ കുറിയ്ക്കുന്നു. ത്രിദോഷങ്ങളും രോഗവും തമ്മിലുള്ളത് കാര്യകാരണബന്ധമാണ്, ശാശ്വതമല്ല ഇത് വേർപിരിയ്ക്കാനാവാത്ത ബന്ധമല്ലാ എങ്കിലും വേർപിരിക്കാൻ സാദ്ധ്യവുമല്ല (സുത്ര 24-8) വായുപിത്തകഫങ്ങൾ (gas, liquid, solid ന് സമാനം) ജീവനാധാരമായ രക്തത്തോടുചേർന്ന് സൃഷ്ടിസ്ഥിതി സംഹാരരൂപമാവുന്നു ഇതിന്റെ സാമ്യാവസ്ഥ ആരോഗ്യം. അസന്തുലിതാവസ്ഥരോഗം (സു. 21-2-3) വായു ശരീരത്തിലൂടെ അനുനിമിഷം അതിവേഗം സഞ്ചരിക്കുന്നു. ഈ സഞ്ചാരത്തിന് എവിടെയെങ്കിലും തടസ്സം വന്നാൽ രോഗമുണ്ടാവും. ത്രിദോഷങ്ങളുടേയും അഗ്നിയുടെയും ധാതുക്കളുടെയും സന്തുലിതാവസ്ഥ പാലിയ്ക്കാൻ തടസ്സമില്ലാത്ത വായുസഞ്ചാരം വേണം. 5തരം വായുക്കളിൽ ഉദാനവായു വളരെ പ്രധാനമാണ്. ഇത് ആന്തരാവയവങ്ങളിൽ നിന്ന് മുകളിലേക്കു സഞ്ചരിക്കുന്ന വായുവാണ്. ശബ്ദം,

സംഭാഷണം, സംഗീതം, ഇവയ്ക്ക് ആധാരമാണ് ഉദാനവായു. ഉദ്വഹനം കർമ്മം. വാർദ്ധക്യത്തിൽ ഉദാനവായുവിന്റെ ശക്തികുറയുമ്പോൾ അതുവരെ നന്നായിപാടിയിരുന്ന ഗായകർക്ക് താരസ്ഥായിയിൽ വരുമ്പോൾ ശബ്ദം വിറയ്ക്കും. (വാഗിന്ദ്രിയത്തിന്റെ കട്ടി വാർദ്ധക്യത്തിൽ കൂടുകയും ചെയ്യുന്നുണ്ട്) ഋതുകാലങ്ങളിൽ ത്രിദോഷാധിക്യവും രോഗാരംഭവും രോഗശമനവും താഴെ കൊടുക്കുന്നു. (ഇതനുസരിച്ച് ഭക്ഷണം, ഋതുചര്യ, ഋതുരാഗങ്ങൾ എന്നിവ ക്രമീകരിയ്ക്കണം)

ദോഷം	**അധികരിക്കുന്നു**	**രോഗാരംഭം**	**രോഗശമനം**
പിത്തം	മഴക്കാലം	ശിശിരാദ്യം	ശിശിരാന്ത്യം
ശ്ലേഷ്മം	ശിശിരം	വസന്തം	വേനൽ
വാതം	വേനൽ	ആദ്യമഴ	ശിശിരാദ്യം

വസന്തം സംവത്സരത്തിന്റെ പൂർവ്വാഹ്നം

വേനൽ	മദ്ധ്യാഹ്നം
ആദ്യമഴ	അപരാഹ്നം
വർഷക്കാലം	സന്ധ്യ
ശിശിരാദ്യം	അർദ്ധരാത്രി
ശിശിരാന്ത്യം	പൂർവ്വസന്ധ്യ (സൂത്ര–6–16)

അക്ഷാംശരേഖാംശമനുസരിച്ച് ഋതുക്കൾ മാറുന്നു. അതിനാൽ ഓരോ പ്രദേശത്തും അതാതിന്റെ ഋതു അനുസരിച്ച് ഋതുചര്യ, ഭക്ഷണം, ഋതുരാഗം എന്നിവ മാറി മാറിവരും. വ്യക്തിയുടെ ത്രിഗുണാത്മകത്വം, രോഗകാഠിന്യം, എന്നിവ അനുസരിച്ചും മാറ്റം വരും.

ഇതൊക്കെ മനസ്സിലാക്കി ചികത്സിക്കലാണ് വൈദ്യധർമ്മം.

ഭൂമിശാസ്ത്ര പരമായി മനുഷ്യരുടെ പ്രകൃതി

1. അനൂപ ദേശം – തടാകം, കായൽ, നദി, തോട്, കാടുകൾ എന്നിവയുള്ള സ്ഥലം. ജനങ്ങൾ മൃദു ശരീരർ, സുന്ദരന്മാർ, തടിച്ചവർ, വാതകഫ പ്രകൃതികൾ (ഇവിടെ വള്ളപ്പാട്ടുകൾ ഉണ്ടാവും) (മരുതം, നെയ്തൽ)
2. ജാംഗല ദേശം – സമതലം, ഉയരം കുറഞ്ഞ കുന്നുകൾ, പുൽപ്രദേശം- മഴവെള്ളം വേഗം ഒഴിഞ്ഞുപോകും, ചൂട്കാറ്റ് സംവത്സരം മുഴുവൻ വീശും, ശക്തരും, ദൃഢഗാത്രരും, ദൃഢപേശികളുള്ളവരും വാതപിത്തപ്രകൃതികളും (ഇവിടെ ഇടയന്മാരുടെ പാട്ടുകൾ) (കുറിഞ്ചി, മുല്ല, പാല)
3. സാധാരണദേശം- രണ്ടും ചേർന്ന ഭാഗം- സാമ്യവസ്ഥയിലുള്ള ആരോഗ്യപൂർണ്ണമായ പ്രകൃതിയാൽ മനുഷ്യർ അനുഗ്രഹീതർ (സുത്ര-35-35-36) (മരുതം, നെയ്തൽ, കുറിഞ്ചി, മുല്ല, പാല എന്നിവയുടെ പാട്ടുകൾ)

ഈ പ്രകൃതികളെല്ലാം അറിഞ്ഞാണ്, ഇക്കോളജികൂടിനോക്കിയാണ് ആയുർവ്വേദം ത്രിദോഷസമീകരണം ചെയ്യുന്നത്. രാഗചികിത്സയിലും ഇതൊക്കെ ബാധകമാണ്. ഷഡ്ജ പഞ്ചമങ്ങൾ സമങ്ങൾ (Equalisers) ആണ്. മറ്റുള്ളവയുടെ ഓരോന്നിന്റേയും ത്രിദോഷസ്വഭാവം നാദലയസിന്ധു എന്ന രാഗചികിത്സാ ഗ്രന്ഥത്തിൽ (page 223-224) കൊടുത്തിട്ടുള്ളത് മനസ്സിലാക്കുക. സമ്പൂർണ്ണരാഗം പാടുമ്പോൾ എല്ലാ സ്വരങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. അസമ്പൂർണ്ണരാഗം പാടുമ്പോൾ ഏതുസ്വരമാണ് ഉപയോഗിക്കാത്തത് എന്നു നോക്കി അതിന്റെ സ്വഭാവം ഗ്രഹിയ്ക്കേണ്ടതുണ്ട്. ആധാരശ്രുതി നിരന്തരമായി പ്രവഹിക്കുമ്പോൾ അതിനോടിണങ്ങി ഇതരസ്വരങ്ങൾ സ്വര

പഞ്ജരമുണ്ടാക്കുമ്പോൾ സമീകൃതമാകുന്ന ഏതു രാഗത്തിലും healing power ഉണ്ട്. അത് ആര് എപ്പോൾ എങ്ങനെ പ്രയോഗിയ്ക്കുന്നു, ആര് എപ്പോൾ എങ്ങനെ സ്വീകരിക്കുന്നു എന്ന രണ്ടു കാര്യങ്ങൾ തെറാപ്പിസ്റ്റിനേയും ശ്രോതാവിനേയും അവരുടെ പരസ്പരസ്നേഹ വിശ്വാസങ്ങൾ, സമീപനം എന്നിവയേയും ആസ്പദമാക്കിയിരിക്കും. അമ്മ പാടുന്ന പാട്ടിൽ ഇത്തിരി ടെക്നിക്കൽ പിഴവുണ്ടെങ്കിലും കുഞ്ഞിന് അത് ദോഷം ചെയ്യില്ല. (വലിയ ഒരു പണ്ഡിതൻ അളവൊപ്പിച്ച് പാടിയാൽ ഗർഭസ്ഥശിശു അസ്വസ്ഥനായിക്കൂടായ്കയുമില്ല)

സൂര്യസിദ്ധാന്ത പ്രകാരം 6 പ്രാണം= ഒരു വിനാഡി

60 വിനാഡി= ഒരു നാഡി (60ঃ360=21600)21600 ആണ് 360 ഡിഗ്രിയുള്ള രാശിചക്രം. ഭൂമി മനുഷ്യന്റെ ഒരു പ്രാണകാലത്തിൽ 1 കറങ്ങുന്നു എന്ന് ആര്യഭടീയം (പ്രാണേനൈതികലാം ഭൂ) പൌലിശസിദ്ധാന്തത്തിലും ഇതുണ്ട്. ഹഠയോഗപ്രദീപികയിൽ പ്രാണന് ഹംസരൂപമാണ്.

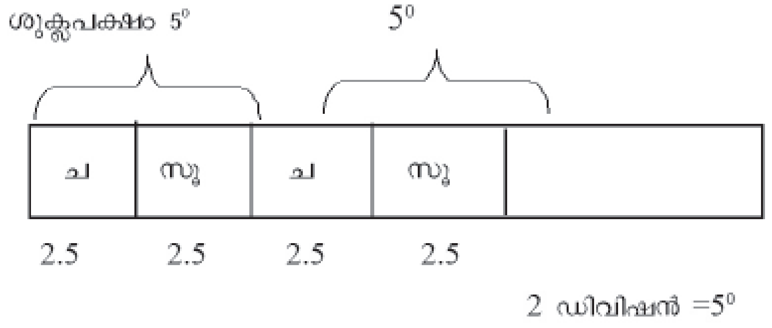
ഹം കാരേണ ബഹിര്യതി സഃ കാരേണ വിശേത്പുനഃ
ഹം സേതി പരമം മന്ത്രം ജീവോ ജപതി സർവ്വദാ
ഷഡ് ശതാനി ദിവാരാത്രൌ സഹസ്രാണ്യേകവിംശതി

ജീവൻ സർവ്വദാ ഹംസ മന്ത്രം ജപിച്ചുകൊണ്ടേ ഇരിയ്ക്കയാണ് ഓരോശ്വാസോഛ്വാസത്തിലും. ഇതിൽ ഹ സൂര്യനും സ ചന്ദ്രനുമാണ്. ഹകാരം പുറത്തേക്കും സ ഉള്ളിലേക്കുമാണ് (Expiration,Inspiration)

ഹകാരഃ കീർത്തിതോ സൂര്യഃ
സകാരഃ ശ്ചന്ദ്ര ഉച്യതേ
ഹകാരഃ നിർഗ്ഗമേ പ്രോക്തഃ

സകാരോന്തഃ പ്രവേശനേ ഇതി ഹംസ

സൂര്യൻ ശിവനും ചന്ദ്രൻ ശക്തിയുമാണ്. ദിനരാത്രങ്ങളിലെല്ലാം ജീവൻ സൂര്യചന്ദ്രപ്രാണകലകളിലൂടെ 21600 തവണ ഹംസമന്ത്രം ജപിക്കുന്നു. വെളുത്തപക്ഷത്തിന്റെ ആദ്യദിനത്തിൽ ഇഡയും കറുത്തപക്ഷത്തിന്റെ ആദ്യ ദിനത്തിൽ പിംഗളയും പ്രവർത്തിക്കുന്നു (മുമ്മൂന്നു ദിവസം വീതം) ശുക്ലപക്ഷത്തിൽ ചന്ദ്രസ്വരവും കൃഷ്ണപക്ഷത്തിൽ സൂര്യസ്വരവും ദിനത്തിന്റെ 60 നാഡികളെ 2.5 നാഡി വീതം ക്രമത്തിൽ പ്രചോദിപ്പിച്ച് കടന്നു പോകുന്നു (ശിവ സർവ്വോദയം ശ്ലോ. 65) 2.5ഃ61=150 150-151 ആണ് രാഹുമാനം ജ്യോതിഷത്തിൽ



150/4=37.5 (75ന്റെ പകുതി) = 3 നക്ഷത്രം. അശ്വതി, ഭരണി, കാർത്തിക= മേടം+7 $1/2^0$ ഇടവം.

ബാക്കി കാർത്തികയിൽ 2^0.30 ഇടവത്തിൽ- അതിൽ പുതിയ ചക്രം ആരംഭം-കൃത്തികാദി ജ്യോതിഷത്തിൽ

ഒരാൾക്ക് സൂര്യൻ ചന്ദ്രസ്വരത്തിലുദിച്ച് സൂര്യസ്വരത്തിൽ അസ്തമിക്കുന്ന രീതിയിൽ പ്രാണസഞ്ചാരം ക്രമീകരിയ്ക്കാൻ സാധിച്ചാൽ ആ വ്യക്തി ഏറ്റവും ഗുണവാനായിരിക്കും- അഥവാ ആത്മാവ്

മനസ്സിലുദിച്ച് ആത്മാവിൽ സ്വധാമത്തിൽ ലയിയ്ക്കണം, മറിച്ചാവരുത് എന്നർത്ഥം

ഗംഗ ഇഡ, യമുന പിംഗളയെങ്കിൽ സരസ്വതി സുഷുമ്ന ഇവരുടെ യുക്തത്രിവേണി മൂലാധാരത്തിൽ, മുക്ത ത്രി വേണീ സംഗമം ആജ്ഞയിൽ ചൈത്ര ശുക്ല പ്രതിപദത്തിൽ സംവത്സരാരംഭമെങ്കിൽ ഋഷഭത്തിൽ, കാർത്തികനക്ഷത്രത്തിലാണ് സ്വരോല്പത്തി കാറ്റും അഗ്നിയും ചേർന്ന് മഴക്കാറ്റുവീശി ഇടവപ്പാതിയ്ക്കുതൊട്ടുമ്പുള്ള പുരോവാതമാണത്. അവിടെയാണ് ഓങ്കാരരൂപമായ (മൊഴിപ്പൊരുൾ) ശിവശക്തിസംയോഗരൂപമായ കുമാരസംഭവം എന്ന ശബ്ദ ജനനം. തെക്കുപടിഞ്ഞാറൻ കാറ്റിന്റെ ഫലമായി മലകൾക്കു മേലെ ആദ്യത്തെ ഇടിമുഴക്കവും മിന്നലുമാണത്.

സ്വഛന്ദ തന്ത്രത്തിൽ യോഗിയുടെ ശരീരത്തിൽ 6 അംഗുലംവീതം 6 ചക്രം.

ഹൃദ് പത്മാദൂർദ്ധ്വ പര്യന്തം രാശയഃ ഷഡ് വ്യവസ്ഥിതഃ
അംഗുലേഃ ഷഡ്ഭിരേകൈകോ
ഹൃദ്പത്മാദ്വവശക്തിതഃ

പ്രാണൻ ഹൃദ് പത്മത്തിൽ (മകരം) കടന്നാൽ പുറത്തേക്കുള്ള ശ്വാസം. 6 അംഗുലം കടന്നാൽ കുംഭം

വിശുദ്ധിയിൽ 2 അംഗുലം- പിന്നെ മീനം

മേടത്തിന് ഭ്രൂ ചക്രം- നാസികവരെ 6

അടുത്ത 6 ഇടവം

നാസാഗ്രത്തിൽ നിന്ന് 12 വിട്ട് പ്രാണൻ കർക്കിടകസംക്രാന്തിയിലെത്തുമ്പോൾ അകത്തേയ്ക്കുള്ള (Inspiration) ശ്വാസം ഇങ്ങനെ പ്രപഞ്ച/ മനുഷ്യശരീരങ്ങൾക്ക് ഒരേ അനുപാതത്തിൽ വ്യവസ്ഥ ചെയ്തിരിക്കുന്നു. ഇതുവെച്ചാണ് നാഡികൾക്കനുസൃ

തമായി രാഗ വ്യവസ്ഥ- ചര രാശികൾ (ചലിക്കുന്നു) ശക്തിയും, സ്ഥിരരാശികൾ ശിവനും, ഉഭയ രാശികൾ ശിവശക്തി (അർദ്ധനാരീശ്വരൻ) യുമാണ് ജ്യോതിഷത്തിൽ സൂര്യന് ഒരേ സമയത്ത് മൂന്നു തിഥികളെ സ്പർശിക്കാമെന്നതുകൊണ്ടാണ് വിഷ്ണുപത്നിമാർ മൂന്നാണ് എന്നു പറയുന്നത്. ത്രിഗുണാത്മികയായ വൈഷ്ണവി (മോഹിനി)യോട് ശിവൻ ചേർന്നു എന്നുപറയുന്നതും ഇതേ അർത്ഥത്തിലാണ്. രാഗങ്ങളിലൂടെയുള്ള ശിവശക്തിസാമരസ്യം കുണ്ഡലിനീയോഗരഹസ്യമാണ്.

ത്രിഗുണാത്മികയായ പ്രകൃതി, ത്രിഗുണാത്മകമായജീവി,

ത്രിഗുണാത്മകമായ അന്നം, ത്രിഗുണാത്മകമായ സ്വരം-

ഇവയുടെ യോഗ മാണ് നാദലയയോഗം- ഇതിൽ ആയുർവ്വേദവും ജ്യോതിഷവും യോഗശാസ്ത്രവും സംഗീതശാസ്ത്രവും മന്ത്രതന്ത്രശാസ്ത്രവും വേദവും എല്ലാം ചേർന്നിരിയ്ക്കും രാഗചികിത്സയുടെ മഹാ അദ്വൈതം ഈ യോഗക്ഷേമംതന്നെ!

ശബ്ദം, വേദം, മന്ത്രം

നിശ്ശബ്ദമായ ഒരന്തരീക്ഷത്തിൽ നമ്മുടെ ചെവിയ്ക്കു കേൾക്കാൻ കഴയുന്ന ഒരു ശുദ്ധസ്വരത്തിന്റെ ഏറ്റവും മിനിമം amplitude അഥവാ level of strength s\ ATH (Absolute threshold of hearing) എന്നു വിളിയ്ക്കുന്നു. ഇത് ഫ്രിക്വൻസിയെയും, ചെവിയുടെ മാക്സിമം കഴിവിനേയും ആധാരമാക്കിയിരിക്കും. ഒരു ഗങ്വ മുതൽ 5KHz വരെയുള്ള ഫ്രിക്വൻസികളിലാണ് മിനിമം അംഒ. അംഒ വെച്ചാണ് വേദനയുടെ threshold കണക്കാക്കുക. പ്രായംകൂടുമ്പോൾ ATH curve കൂടി വരും നമ്മുടെ ചെവി ശബ്ദത്തിന് കൂടുതൽ കൂടുതൽ ബാധിര്യം കാണിക്കുന്നതു കൊണ്ടാണിത്. 2KHz മുകളിൽ ഏറ്റവുമധികം വ്യത്യാസം കാണിക്കാൻ തുടങ്ങും (US. Occupational health & Environment control standard number 1910-95 App-F)

SPL (Sound Pressure level) എന്നുള്ളത് മർദ്ദത്തിന്റെ അനുപാതത്തിന്റെ (ഒരു പ്രത്യേക റഫറൻസ് മർദ്ദത്തോട്) ലോഗരിതത്തിന്റെ ഇരുപതിരട്ടിയാണ്. ഒരു ശബ്ദ തരംഗത്തിന്റെ Amplitude അതിന്റെ ശബ്ദ മർദ്ദത്താലാണ് ഉണ്ടാവുന്നത്. നമ്മുടെ സാധാരണചുറ്റുപാടിൽ (നഗരം, ഗ്രാമം, ഓഫീസ്, വീട്) വളരെ വ്യത്യസ്തറേഞ്ചുകളിലുള്ള ശബ്ദമർദ്ദങ്ങളുള്ളതിനാലാണ് ശബ്ദ മർദ്ദത്തെ ലോഗരിത്മിക്ക് അളവിൽ, ഡെസിബലിൽ കാണുന്നത്. റഫറൻസ് ശബ്ദമർദ്ദം വായുവിൽ നമ്മുടെ കേൾവിയുടെ threshold ആണ്. (20μ pa വായുവിൽ, ഒരു μ pa ജലത്തിൽ)

[pa= പാസ്ക്കൽ എന്നത് N/m2. N എന്നാൽ ന്യൂട്ടൺപ മൈക്രോഫോൺ വെച്ച് ശബ്ദമർദ്ദം റെക്കോഡുചെയ്യുന്നു. സാധാരണയായി

ശബ്ദം അളക്കാൻ (acoustic measurement) 2 മാർഗ്ഗമുണ്ട്. 1.direct method 2.comparison method രണ്ടും ശാസ്ത്രസമ്മതമാണ്. രണ്ടു തരം പരീക്ഷണങ്ങൾ രണ്ടുതരം പരിസ്ഥിതിയിൽ (റൂം) ചെയ്തു നോക്കാം. ഒന്ന് reverberation room ശബ്ദതരംഗങ്ങളുടെ തുടർച്ച യായ പ്രതിധ്വനി ഉണ്ടാക്കുന്ന മുറി. ആദിമനുഷ്യൻ മലയിടുക്കുക ളിലും ഗുഹകളിലും ടണലുകളിലുമെല്ലാം തന്റെ ശബ്ദം പ്രതിധ്വ നിക്കുന്നതുകേട്ടാണ് ഇത് പഠിച്ചത്. ഇപ്പോഴത്തെ മനുഷ്യൻ കൃത്രി മമായുണ്ടാക്കിയ മുറിയിൽ അതു പരിശോധിയ്ക്കുന്നു. രണ്ടാമ ത്തേത് anchoic room സ്വതന്ത്രമായികിടക്കുന്ന (ഇടയിൽ ഭിത്തിയോ കെട്ടിടമോ ഇല്ലാത്ത) ഒരു വയൽ അഥവാ മണ്ഡലത്തെയാണ് ഒട്ടും പ്രതിധ്വനിയില്ലാത്ത ഈ മുറിയിൽ കൃത്രിമമായി ഉണ്ടാക്കുന്നത്. ആദിമമനുഷ്യന് സമതലത്തിലെ വയലുകൾ, വിശാലമായ നദികൾ, സമുദ്രം എന്നിവയായിരുന്നു ഇത് പഠിയ്ക്കാൻ സഹായിച്ചത്. ആകാ ശത്തിൽ ശബ്ദം സഞ്ചരിക്കുമെന്നും ഇടയിൽ ഒരു തടസ്സമുണ്ടാ യാൽ പ്രകാശത്തെപ്പോലെ ശബ്ദവും പ്രതിധ്വനി ഉണ്ടാക്കുമെന്നും പ്രാചീനഗ്രന്ഥങ്ങൾ പറയുന്നത് അന്നത്തെ മനുഷ്യന്റെ സ്വാനുഭ വത്തിൽ നിന്നുരുത്തിരിഞ്ഞ ശാസ്ത്രചിന്തയിൽ നിന്നാണ്.

ഭരതമുനിയുടെ കാലത്ത് പ്രതിധ്വനി ഇല്ലാത്ത രംഗവേദികൾ ഉണ്ടാ യിരുന്നു. രാജാക്കന്മാരുടെ സഭകൾ ഇപ്രകാരം ശബ്ദം പ്രതിധ്വനി ക്കാത്ത തിയേറ്ററുകളായിരുന്നു. ഇന്നു നാം ശബ്ദം കമ്പനം ചെയ്യി ക്കാൻ Helmholtz resonator ഉപയോഗിക്കുന്നു. പണ്ടുകാലത്ത് ചുര യ്ക്ക, മത്തൻ എന്നിവ ചുരന്നെടുത്താണ് റെസൊണേറ്ററുകൾ. ചുരയ്ക്ക എന്ന പേരുപോലെ തുംബക്കുടം എന്ന പേരും (തും ബുരു) ഇത്തരം കമ്പന വാദ്യോപകരണങ്ങളുടെ ഉത്ഭവം, പഴക്കം എന്നിവ കാട്ടുന്നു. ഇത്തരമൊരു റെസൊണേറ്ററിൽ ഒറ്റ തന്ത്രികെട്ടി

(ഏകതാര) അതിന് കാരാധുനി എന്നാണ് അന്ന് പേര്. ധുനി അഥവാ ധ്വനി (ശബ്ദം) kra kra എന്ന് ധ്വനി ഉണ്ടാക്കുന്ന ഒരേക ശ്രുതി ഉപകരണമെന്നർത്ഥം പലവിധ വാദ്യോപകരണങ്ങൾ വായ്പാട്ടുകാരന്റെ ശബ്ദത്തെ enhance ചെയ്യുന്നതിന് (സമീകര ണം, മറ്റുശബ്ദങ്ങളെ ഒഴിവാക്കൽ, പ്രതിധ്വനി ഒഴിവാക്കൽ മുത ലായവയ്ക്ക്) പക്കവാദ്യമായിട്ടാണ് ഉണ്ടായത്. അവ ഓഡിയോ സിഗ്നൽ പ്രോസസിങ്ങിന്റെ ഭാഗമായിട്ടുണ്ടായവയാണ് മനുഷ്യ നിർമ്മിതമാണ്.

രണ്ടു ശക്തിമൂല്യങ്ങൾക്കിടയിലെ അനുപാതമാണ് ഒരു ഡെസിബൽ d (deci) ചെറിയ അക്ഷരത്തിലും B (Bell) വലിയ അക്ഷ രത്തിലുമെഴുതുന്നു. Alexander graham Bell എന്നതിലെ ആ ആയ തുകൊണ്ടാണിത്. മനുഷ്യന്റെ കർണ്ണത്തിന് 85dB യിലധികം ഉള്ള ശബ്ദം ഹാനികരമാണ്. 120dB യിൽ അത് രോഗങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കും 163dB യുള്ള ശബ്ദത്തിന് ജനൽ പൊട്ടിച്ചുകളയാം. ശബ്ദ മലിനീ കരണവും രോഗവുമുണ്ടാക്കുന്ന ചില ശബ്ദങ്ങളുടെ ഉത്ഭവം, അക ലം, ഡെസിബൽ എന്നിവ താഴെ കൊടുക്കുന്നു. ഗർഭിണികൾക്കും, കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും മാത്രമല്ല, എല്ലാവർക്കും ഇത് ശ്രദ്ധേയമാണ്. ഉപ കരണസംഗീതം 60-120 വരെയാണ്, വായപ്പാട്ട് എത്ര ഉറക്കെ പാടി യാലും 20-41 വരെയേ വരൂ.

dB SPL	**ഉത്ഭവം- ദൂരം.**
180	റോക്കറ്റ് എഞ്ചിൻ. 30 m
150	ജെറ്റ് എഞ്ചിൻ 30 m
130	വേദനാ threshhold
120	ഒരു Rock Concert ജെറ്റ് എയർക്രാഫ്ട് 100 m അ കലെ ടേക്ക് ഓഫ് ചെയ്യുന്നത്

110	മോട്ടോർസൈക്കിൾ acelerate ചെയ്യുന്നത്- 5 m
	chain saw 1m
100	pneumatic hammer 2 m(Inside disco)
90	loud factory, ഭാരം നിറച്ച ട്രക്ക് 1m
80-85	ശിശുവിന് വളർച്ച ബാധിക്കപ്പെടും, മുതിർന്നവർക്ക് ശബ്ദമലിനീകരണം
80	Vacum cleaner 1m തിരക്കുള്ളറോഡ്
75-80	അട്ടഹസിച്ച സംഭാഷണം കുഞ്ഞ് ഗർഭത്തിൽ പേടിക്കും.
70	തിരക്കുള്ള ട്രാഫിക്ക്. 5 m
60	ഓഫീസ്, റെസ്റ്റോറന്റിനകത്ത് (തിരക്കുള്ള)
	(60 മുതൽ 75 വരെ ഉപകരണസംഗീതത്തിന്റെ റേഞ്ച്)
50	തിരക്കില്ലാത്ത റെസ്റ്റോറന്റിനകത്ത്
40	രാത്രി ഒരു റെസിഡൻഷ്യൽ ഏരിയയിൽ
35-40	കുഞ്ഞ് ഗർഭപാത്രത്തിൽ സുഖമായി കിടക്കും.
30	നിശ്ശബ്ദമായ തിയേറ്റർ (അമ്മയുടെ സംസാരം)
20	ഇലയനക്കം മാത്രമുള്ള കാവ്, വനം (അമ്മയുടെ വായ്പ്പാട്ട്)
	(20 മുതൽ 35-40 വായ്പ്പാട്ടിന്റെ റേഞ്ച്)
10	മനുഷ്യന്റെ ശ്വാസശബ്ദം മാത്രം- 3 m
0	നല്ല ശ്രവണ ശക്തിയുള്ള ഒരാളുടെ കേൾവിയുടെ threshold (മൌനം പോലും കേൾക്കാം)

നല്ല നിയന്ത്രിതമായ ഒരു അക്കൌസ്റ്റിക്കൽ ലാബറട്ടറി/സ്റ്റുഡിയോവിൽ നന്നായി ശ്രുതി അഭ്യസിച്ച ആരോഗ്യമുള്ള ഒരു ചെവിയ്ക്ക്,

ക്രമമായി ഒരേ തരംഗദൈർഘ്യമുള്ള (puretone) സിഗ്നലുകളെ മിഡ്ഫ്രിക്വൻസിറേഞ്ചിൽ 1 വരെയുള്ള മാറ്റങ്ങൾ പിടിച്ചെടുക്കാൻ കഴിയും. ഒരു സാധാരണ മനുഷ്യന്റെ ആരോഗ്യമുള്ള ചെവിയ്ക്ക് 3dB റേഞ്ചിലുള്ള ശബ്ദമാറ്റം പോലും ഗ്രഹിയ്ക്കാനാവില്ല. (0-140dB വരെയാണ് മനുഷ്യന്റെ ശ്രവണശക്തിയുടെ റേഞ്ച്) 5dB മാറ്റം സാധാരണ ചെവികൾക്ക് (ആരോഗ്യമുള്ള) മനസ്സിലാവും. ശബ്ദം ഉത്ഭവിക്കുന്നസ്ഥലത്തിൽ നിന്നുള്ള ദൂരം അറിയാഞ്ഞാൽ, അവിടത്തെ ശബ്ദ മർദ്ദം ഗ്രഹിക്കാനാവില്ല ധ്വനിവർണ്ണങ്ങളുടെ ഈ പ്രത്യേക സ്വഭാവം ഛാന്ദോഗ്യഉപനിഷദ് ഭാഷ്യത്തിൽ ആചാര്യൻ പറഞ്ഞിട്ടുണ്ട് (Ref. സുധാ സിന്ധു. Dc Books2003) സംഗീതത്തിലെ 12 സ്വരസ്ഥാനത്തിലും ജ്യോതിഷത്തിലെ 12 രാശിസ്ഥാനത്തിലും കുട്ടകം (Differential equation and Permutation) ഒരേ പോലെയാണ്. ധ്വനി, പ്രകാശം എന്നിവയുടെ ഏകതാനതയും ഗണിതവും ഭാരതീയർ മനസ്സിലാക്കിയിരുന്നു എന്നതിന്റെ തെളിവാണത്. വക്രസഞ്ചാര (Retrograde) ഗണിതനിയമങ്ങളും രണ്ടിലും ഒന്നാണ്. രണ്ടിന്റേയും ഗ്രഹണം, പ്രതിധ്വനി, Reflection, Parallax (ലംബന, വലന) നിയമങ്ങളും ഊർജ്ജ സംഖ്യയും ഒന്നാണ്. അതുകൊണ്ടാണ് യോഗിയുടെ ധർമ്മമേഘസമാധി എന്ന അനുഭവത്തിൽ (കാലമോ ഗുണമോ ഇല്ലാത്ത കാലാതീതാവസ്ഥ, ഗുണാതീതം) സർവ്വ കർമ്മവും തീർന്ന്, ക്രമാവലംബിത്വം ഇല്ലാതായി കാലാതിതാവസ്ഥ, ഗുണാതീതം) സർവ്വ കർമ്മവും തീർന്ന്, ക്രമാവലംബിത്വം ഇല്ലാതായി ത്രികാലജ്ഞാനവും ജീവന്മുക്തിയും ലഭിക്കുന്നത്. നാദലയയോഗം ഈ അവസ്ഥയ്ക്കുള്ള മാർഗ്ഗമാണ്. 6000Bc യിലെ ഒരു ഋക്കിൽ ദ്വാദശപ്രഥപരം ക്രമേകം ത്രീണി തമ്യാമികം ഉതച്ചികേത തസ്മിൻ തസാമകം ത്രിശതാ ന ശംഖ വോർപ്പിതാഷഷ്ഠിർനചല

ചേതസ്സാ

ഇത് പറയുന്നു- ദ്വാദശം(12) ത്രീണി(3) ത്രിശതം(300) ഇവയെ ഗുണിച്ചാൽ 10800 ഇതിന്റെ ഇരട്ടി (21600) പ്രാണസംഖ്യസാമംപാടാൻ വേണം. അത്രയും പ്രാണഹംസത്തെ ശംഖുകൊണ്ട് (സുഷിരവാദ്യം)- അഥവാ സ്വന്തം കഴുത്തിലെ വാഗിന്ദ്രിയത്താൽ (ചങ്ക്) അചല ചേതസ്സായി അർപ്പിക്കുന്ന നാദാനുസന്ധാനം- ഇതിനെ ഷഷ്ഠികൊണ്ട് ഗുണിച്ചാൽ 129600 എന്ന ത്രേതായുഗസംഖ്യ 1000 BC-യിലെ ബൌധായന ശൂൽബസൂത്രത്തിൽ പൈത്തഗോറസ് തിയറങ്ങൾ ഉണ്ട്, ജ്യാമിതി, സംഗീതം എന്നിവയുടെ ഗണിതസംഖ്യകളുണ്ട്

വേദവും മന്ത്രവും

വേദം എന്നാൽ ശ്രുതി, ശ്രവണം സംഗീതവും മന്ത്രവും ശ്രുതിയാണ്, വേദമാണ്. ഉപനിഷദമായി ഗുരുസവിധത്തിലിരുന്ന് കേട്ടശേഷം മനനം ചെയ്ത് ഗ്രഹിക്കേണ്ടവയാണ്. മന്ത്രമെന്നാൽ മനനം ചെയ്യപ്പെടുന്നത്. മനസ്സിന്റെ നിറം അഥവാ വിഭൂതിയാണ് മന്ത്രദർശനം. സുശിക്ഷിതമായ, ശ്രേഷ്ഠമനസ്സിൽ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമായ ശ്രുതിയും മനനവും കൊണ്ട് ഉണ്ടാവുന്ന വിഭൂതിയാണ് വേദമന്ത്രങ്ങളും സംഗീതവും സാഹിത്യവുമെല്ലാം മന്ത്രം, മന്ത്രദ്രഷ്ടാവായ ഋഷി, മനനക്രിയ (observed, observer, Act of observation and its analysis as experience) ഇവ മൂന്നും ചേർന്നതാണ് ശാസ്ത്രം. ഇവ ഒന്നാകുന്ന അദ്വൈതാനുഭവം മന്ത്രശ്രവണവും ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമായ മന്ത്ര സാധനയും കൊണ്ടല്ലാതെ സാദ്ധ്യമല്ല. ഇതിനാണ് വേദമന്ത്രങ്ങളും, പൂർവ്വികരുടെ വാക്കും, സംഗീതവും ശ്രമിക്കുന്നത്. ഗർഭസ്ഥശിശു അമ്മയുടെ വാക്കും പാട്ടും ശരീരതാളവും ശ്രവിയ്ക്കുന്നപോലെയാണ് ഈ പ്രക്രിയ വേദമെന്നാൽ മന്ത്രസംഹിതകളാണെന്ന

കാത്യായനന്റെ അഭിപ്രായം ശ്രദ്ധേയമാണ്.

വേദമന്ത്രോച്ചാരണം വാണി അഥവാ വാക്കു കൊണ്ട് നിർവ്വ ഹിയ്ക്കണം വാക്ക് അഗ്നിയാണ് (അഗ്നിർ വൈ വാക്) വേദാനുകൂല്യമുള്ള മന്ത്രദ്രഷ്ടാവായ (രാഗദ്രഷ്ടാവായ) ഒരു വ്യക്തി ആപ്തവാക്യം കേട്ടും, ഗ്രന്ഥങ്ങൾ പഠിച്ചും, സ്വാനുഭവ സഹിതം അർത്ഥം ഗ്രഹിച്ചും പറയുന്ന വാക്ക് (വാണി) സത്യ മായി ഭവിയ്ക്കുന്നു. ഋഷി സത്യസങ്കല്പനും സത്യവാക്കുമാണ്. വാക്കും അർത്ഥവും അർദ്ധനാരീശ്വരന്മാരെപ്പോലെ എപ്പോഴും പര സ്പരം ചേർന്നേ ഇരിയ്ക്കുകയുള്ളു. ഒരു മന്ത്രം മൂന്നുവിധത്തി ലുള്ള അർത്ഥത്തോടുകൂടിയതാണ്.

1. പ്രത്യക്ഷമല്ലാത്ത, പരോക്ഷമായ ഗൂഢാർത്ഥം.

ഇത് സൂക്ഷ്മവും അവ്യക്തവുമായ അർത്ഥമാണ്. സുവർലോക വാസികളായ ദേവഗന്ധർവ്വന്മാർ സുവരന്നം (സ്വരമെന്ന അന്നം) മാത്രമെ കഴിയ്ക്കൂ. അതിനാൽ അവർ ഗൂഢാർത്ഥ പ്രേമികളും ബീജ മന്ത്ര സ്വഭാവത്തിൽ ആനന്ദിക്കുന്നവരുമാണ്. എല്ലാ മന്ത്രങ്ങൾക്കും ബീജമന്ത്രം ഓം എന്ന പ്രണവമാണ്. നവജാതശിശു അ, ഉ, മ (അമ്മ, ഉമ്മ) എന്ന ഓങ്കാര ബീജമന്ത്രത്താൽ ആനന്ദിയ്ക്കുന്ന ദേവഗന്ധർവ്വതുല്യം നിഷ്ക്കളങ്കനാണ്.

2.പ്രത്യക്ഷമായ (വെളിപ്പെട്ട) പ്രകടമായ അർത്ഥം

എല്ലാ മനുഷ്യരും എളുപ്പം മനസ്സിലാക്കുന്ന പ്രസിദ്ധവും സ്ഥൂലവുമായ അർത്ഥം

3. ആദ്ധ്യാത്മികമായ അർത്ഥം

ജീവാത്മപരമാത്മൈക്യം അഥവാ അദ്വൈതപരമായ അർത്ഥം.

ദേവതാരൂപത്തെ സാകാരം (സവികല്പം), നിരാകാരം (നിർവ്വിക

ല്പം) എന്ന് രണ്ടുവിധം ഉപാസിയ്ക്കാം. സാധാരണക്കാർക്ക് നിരാകാരനിർവ്വികല്പ ഉപാസന പ്രയാസമായിരിക്കുന്നത് അവരുടെ രാജസ, താമസഗുണാധിക്യത്താലാണ്. പരമസാത്വികർക്കുമാത്രമെ നിരാകാരനിർവ്വികല്പ ഉപാസന സാധിയ്ക്കൂ. കാരണം അത് അത്ര സൂക്ഷ്മവും അതി ശ്രദ്ധ വേണ്ടതുമാണ്. സാധാരണക്കാർ ഗുരു, അമ്മ, അച്ഛൻ, പ്രവാചകൻ, മഹദ് വ്യക്തികൾ, മൂർത്തികൾ എന്നിവയിലൂടെ സാകാര ഉപാസന കൊണ്ടുമാത്രമെ അർത്ഥം ഗ്രഹിക്കുകയുള്ളു. അവർക്ക് അത്തരം ഉപാസന മാത്രമെ സാധിയ്ക്കു. നിരാകാരോപാസന മഹായോഗികൾക്കേ സാധിയ്ക്കു. യോഗികൾക്ക് തങ്ങളുടെ ശരീരത്തിലെ അനന്തം നാഡികളിൽ യോഗ ശക്തിയാൽ ധ്യാനം ചെയ്ത് നാദാനുസന്ധാനം കൊണ്ട് ബ്രഹ്മരസാനന്ദത്തെ വിസ്തൃതമാക്കുന്ന ഉപാസനായോഗം സാധിയ്ക്കും. ഈ ഉപാസനായോഗത്തെ യജ്ജുർവ്വേദം പരാമർശിക്കുന്നു. അഗ്നിയിൽ നിന്നു ഋക്കും, സൂര്യനിൽ നിന്നു സാമവും, വായു വിദ്യുത്തുകളിൽ നിന്ന് യജ്ജുർവേദവും ഉണ്ടായി. ഋക്കിൽത്തന്നെ സാമം ആരൂഢമായിരിക്കയാൽ അവ ഒന്നാണ്. (അഗ്നി=സൂര്യൻ) സാമം മഹാവിഷ്ണു എന്ന സൂര്യനാരായണനാണ്.

പ്രകൃതിശക്തികളുടെ ഉപാസനയാണ് വേദമന്ത്രങ്ങൾ. ഉപാസന എന്നാൽ എന്താണ്? മനസ്സും ബുദ്ധിയും ഒരേ വിഷയത്തെക്കുറിച്ചുതന്നെ സദാധ്യാനിച്ച് ശ്രദ്ധാപൂർവ്വം ചിത്തം അതിൽ മാത്രം ഉറച്ച്, മനനം ചെയ്ത് അറിഞ്ഞ് അതായിത്തീരുന്ന (observed, observer, observation & analysis) അദ്വൈത ശാസ്ത്രാനുഭവം ആണ് ഉപാസന. ഇത് പ്രപഞ്ചത്തെയാവാം, മനസ്സിനെയാവാം, അവനവനെയാവാം, പ്രേമിക്കുന്ന വ്യക്തിയെയാവാം, രൂപത്തെയൊ നാമത്തെയൊ ശാസ്ത്രത്തെയൊ കലയേയോ ആവാം. രണ്ടു പ്രേമികൾ പരസ്പരം

അറിഞ്ഞ് ഒന്നാവുന്ന പോലെയാണ് ഈ പ്രക്രിയ. ധ്യാനം ഒരു രാഗത്തെയാവാം, ഒരു ദേവതയെയാവാം, ഗുരുവിനെയാവാം, നക്ഷ ത്രത്തെയൊ ഗ്രഹത്തെയൊ ആവാം. ഏതിനെ ധ്യാനിക്കുന്നുവോ അതിന്റെ ജ്ഞാനം കിട്ടുന്നു. അതായിത്തീരുന്നു (യദ് ധ്യായതേ തദ്ഭവതി)- തന്മയീഭാവം അഥവാ ഭേദഭാവനയില്ലാത്ത ലയനം ധ്യാന വസ്തുക്കളിൽ ലഭിയ്ക്കുന്നു. അമ്മയിലും അമ്മയുടെ ശബ്ദ ത്തിലും സ്നേഹത്തിലുമാണ് കുഞ്ഞിന്റെ ധ്യാനം. അവന്റെ ആദ്യ മന്ത്രമാണ് അമ്മ.

മന്ത്രോപദേശം ഈ തന്മയീഭാവമെന്ന പ്രക്രിയയിലേക്ക് (ലക്ഷ്യം) ഉള്ള മാർഗ്ഗമായിട്ടാണ്. സാകാരമായോ നിരാകാരമായോ നാം മന്ത്രത്തെ ഉപയോഗിക്കുന്നത്, ധ്യാനിക്കുന്നത് എന്നത് നമ്മിലെ സാത്വികഗുണം തരുന്ന സ്വഭാവമനുസരിച്ചിരിക്കും. പലപേരിലും പലനാമത്തിലും ധ്യാനിയ്ക്കപ്പെടുന്ന സർവ്വരൂപവും സർവ്വനാമവും ഒരേ നിരാകാര ബ്രഹ്മത്തിന്റെ പല നാമരൂപാത്മക പ്രപഞ്ച പ്രതി ഭാസങ്ങൾ തന്നെ എന്നറിഞ്ഞ് എല്ലാറ്റിനേയും സ്നേഹിക്കാനും ആദരിയ്ക്കാനും രാജസ/താമസ ഗുണങ്ങളാൽ ഭേദഭാവന കൂടിയ ആളുകൾക്ക് സാധിയ്ക്കയില്ല. അതുകൊണ്ടാണ് ഇത്രയേറെ വിഭാ ഗീയതകൾ ഇന്ന് നാം ചുറ്റും കാണുന്നത്. ഇത് ഇല്ലാതാക്കാൻ ഒരേ ഒരു വഴി ഇന്നും എന്നും അദ്വൈത ചിന്തയുടെ ശാസ്ത്രീയ വിശകലനവും, സംഗീതമെന്ന യൂണിവേഴ്സൽ ഭാഷയിലെ സ്നേഹം, മൈത്രി, കരുണ എന്നിവയുടെ സന്ദേശവും, സാത്വിക ചിന്ത വളർത്തിയെടുക്കുന്ന ഋതു/ ദിനചര്യകളുമാണ്. പ്രത്യക്ഷവും പരോക്ഷവും അദ്ധ്യാത്മവുമായ മന്ത്രാർത്ഥം/ വേദാർത്ഥം മനനം ചെയ്ത് നാദാനുസന്ധാനത്തിലൂടെ മാത്രമെ ബ്രഹ്മരസാനുഭവം സാധിയ്ക്കു, അദ്വൈതാനുഭവം സാധിയ്ക്കു, സത്തും, ചിത്തും,

ആനന്ദവും ചേർന്ന ബ്രഹ്മാനുഭവം ഭേദഭാവനയുള്ളവർക്ക് സാധിയ്ക്കില്ല. ഈശ്വരന് നാമമില്ല, രൂപമില്ല, എന്നൊക്കെ വെറുതെ പറഞ്ഞതു കൊണ്ടായില്ല- അത് (നിരാകാരം) ഗ്രഹിക്കാൻ സർവ്വനാമവും, സർവ്വരൂപവും അവന്റേതെന്നറിഞ്ഞ് സ്നേഹിക്കാനും ആദരിക്കാനും, അയൽക്കാരനെ മാത്രമല്ല സർവ്വചരാചരത്തേയും ഈശ്വരനായിത്തന്നെ സ്നേഹിക്കാനും കഴിയുന്നതാണ് സർവ്വലോക സർവ്വഭൂതഹിതകരമായ മൈത്രി, അഹിംസ, കരുണ എന്നിവയുടെ സന്ദേശം-

ഓരോ വസ്തുവിനും ഓരോ രൂപമുണ്ട്, നാമമുണ്ട്, സ്ഥൂലം, സൂക്ഷ്മം, പര എന്ന് മൂന്നുഭാവമുണ്ട്, അവ ഓരോന്നിനും.

1. രൂപം - സ്ഥൂലം, സൂക്ഷ്മം, പര (കാരണം)
2. നാമം- സ്ഥൂലം, സൂക്ഷ്മം, പര (കാരണം)

രണ്ടും ചേർന്ന് നാമരൂപാത്മക പ്രപഞ്ചം.

രൂപം പ്രകാശരശ്മി, നേത്രം എന്നിവയാൽ നാം കാണുന്ന സ്ഥൂലമായ എല്ലാ ദൃശ്യവസ്തു രൂപവും, അവയെക്കുറിച്ച് മനസ്സ്, ബുദ്ധി എന്നിവയാൽ സൂക്ഷ്മ വിചാരം ചെയ്ത് നാം കണ്ടെത്തുന്ന അദൃശ്യമായ സൂക്ഷ്മരൂപം, ഇവയ്ക്കു രണ്ടിനും പരമ കാരണമായ കാരണസ്വരൂപം എന്ന പരാശക്തി.

നാമം ഓരോ രൂപത്തിനും ഒരു സാമാന്യനാമവും വിശേഷനാമവും മനുഷ്യൻ കൊടുക്കുന്നത് അറിയാനാണ്. നാമം ഒരുവാക്കാണ്, അക്ഷരസംഘാതമാണ് അതിന്റെ സ്ഥൂല രൂപമാണ് പറയുന്നതും കേൾക്കുന്നതും (എഴുതി വായിക്കുമ്പോൾ രൂപമാർജ്ജിക്കുന്നതും) ആയ വെളിപ്പെട്ട പ്രത്യക്ഷവാക്ക് വൈഖരി എന്ന ശബ്ദം. സൂക്ഷ്മ തന്മാത്രകളായി അന്തരീക്ഷത്തിൽ വ്യാപിച്ചതും പ്രശാന്തമായ യോഗിമാനസം മാത്രം ദർശിക്കുന്നതും ശ്രവിക്കുന്നതും ആയ മദ്ധ്യ

മ, പശ്യന്തി എന്ന സൂക്ഷ്മശബ്ദം. ഇതിൽ സർവ്വത്ര വ്യാപിച്ച് അദൃശ്യയായിരിക്കുന്നത് മദ്ധ്യമയും യോഗിയാൽ ദർശിക്കപ്പെടുന്നത് പശ്യന്തിയുമാണ്. ഹിരണ്യഗർഭസർഗ്ഗം അഥവാ ശബ്ദത്തിന്റെ മാതൃ കാവസ്ഥയാണ് മദ്ധ്യമ. ഋഗ്വേദത്തിൽ മിന്നലിന്റെ (വജ്രത്തിന്റെ) പുത്രിയായ സുവർണ്ണരേഖ എന്നർത്ഥത്തിൽ സരസ്വതിയെ പാവി രവി (ഭൈരവി) എന്ന് വിളിയ്ക്കുന്നതിനെ വജ്രേശ്വരി വജ്രദ ധീശ്വരി (ബുദ്ധമതം) എന്നും ഇന്ത്യയിൽ വിളിയ്ക്കുന്നു. ഇവൾ യോഗിദർശനത്തിൽ സൌദാമിനീസന്നിഭ (മിന്നൽപോലെ)യായി വെളിപ്പെടുന്ന ശബ്ദവും ദർശനവും ചേർന്ന പ്രതിഭാസമാണ് മദ്ധ്യ മയ്ക്കും പശ്യന്തിയ്ക്കും കാരണമായ പരാവാക്ക്, പരാശക്തി. പര മകാരണമായ പര സാന്ദ്രീകൃതമായ ഒരു സുവർണ്ണബിന്ദുവായി ഈശ്വരസർഗ്ഗ കല്പനയുടെ ആരംഭബിന്ദുവാണ്. ഇപ്രകാരം ശബ്ദ ശാസ്ത്രം പ്രകാശത്തേയും നാദത്തേയും സൂക്ഷ്മമായും സ്ഥൂല മായും അവയുടെ പരമകാരണത്തോടും, അനേകം നാമരൂപാത്മക മായ പ്രപഞ്ചത്തോടും കൂടിയാണ് പഠിയ്ക്കുന്നത്. ഇന്ന് ആധുനി കശാസ്ത്രം 400 വർഷത്തെ ടെക്നോളജിക്കുശേഷം ഈ പഠിപ്പ് തുടങ്ങിയിട്ടേ ഉള്ളൂ.

ഋഗ്വേദം നാസദീയ സൂക്തത്തിൽ പ്രപഞ്ചമോ അതിനെ കാണുന്ന ജീവജാലങ്ങളൊ ഇല്ലാത്ത ആദിമാവസ്ഥയെക്കുറിച്ച് ചിന്തിയ്ക്കുന്നു. ദൃശ്യമോ, ദ്രഷ്ടാവോ, ദർശനമെന്ന അനുഭൂതിയോ ജനിയ്ക്കുന്നതിനുമുമ്പത്തെ ചിദ്ഘനമായ ഊർജ്ജാവസ്ഥ. ആ ഊർജ്ജസാഗരത്തിൽ ബോധം മാത്രം.. ആ ബോധം സ്വയം നിരീ ക്ഷിച്ചു (ഈക്ഷതേർന്നാ ശബ്ദം- ബ്രഹ്മസൂത്രം) അങ്ങനെ സ്വയം നിരീക്ഷിച്ച ബോധം ചലിച്ചു. ആദിമമായ ബോധചലനത്തിന്റെ നാദ വർണ്ണങ്ങൾ (തന്മാത്ര) സച്ചിദാനന്ദരൂപമായി, സാന്ദ്രീകരിച്ച ഒരാന

ന്ദബിന്ദുവായി ബോധത്തിൽ ദർശിക്കപ്പെട്ടു. സ്ഥൂല ശബ്ദമായ വൈഖരികളിലൂടെ സംഗീതജ്ഞനും, മന്ത്രോപാസകനായ യോഗിയും ഈ ആനന്ദബിന്ദുവിനും അപ്പുറത്തെ ആനന്ദസാഗര മെന്ന (ചിദാനന്ദം) പാലാഴിയിലേക്കാണ് സഞ്ചരിക്കുന്നതും അനു ഭവിക്കുന്നതും. അതിൽ ശാസ്ത്രവും അനുഭവവും ഒന്നിച്ചുചേർന്ന അദ്വൈതമാണ്.

സച്ചിദാനന്ദ വിഭവാത് സകലാത് പരമേശ്വരാത്
ആസീച്ഛക്തിസ്തതോ നാദോ നാദാദ് ബിന്ദുസമുദ്ഭവഃ
(ശാരദാതിലകതന്ത്രം)

നാദപ്രകാശങ്ങളുടെ സൂക്ഷ്മതരംഗ, പരമാണുക്കൾ കാരണരൂപ ത്തിൽ സർവ്വത്ര നിറഞ്ഞുനിൽക്കുന്ന രാശിമണ്ഡലമാണ് ആ ചൈതന്യപ്പാലാഴി. അവ സാന്ദ്രീഭവിച്ച് ബിന്ദുരൂപത്തിൽ ഒരു ജീവാ ത്മാവിൽ വ്യക്തമാകുന്നതാണ് ബോധമണ്ഡലം അഥവാ, നിരാ കാര നിശ്ചല പരബ്രഹ്മത്തിൽ നിന്ന് സാകാര ചലനാത്മക നിയമ ങ്ങളുള്ള പ്രപഞ്ചസർഗ്ഗം നടത്താൻ എടുക്കുന്ന ആദിമരൂപ മാണ് ബിന്ദു . താന്ത്രികഗ്രന്ഥങ്ങൾ ഇതിനെ പരബിന്ദു, ശിവബിന്ദു, നാദബിന്ദു എന്ന് പലപേരിൽ വിളിയ്ക്കുന്നു. വിഷ്ണുസഹസ്ര നാമത്തിൽ സുവർണ്ണബിന്ദു എന്നാണ് വിളിയ്ക്കുന്നത്.

നാദത്തിൽ വർണ്ണമുണ്ട്. രൂപത്തിൽ, പ്രകാശരശ്മിയിൽ, വർണ്ണമു ണ്ട്. വർണ്ണത്തിന് ഒരു ക്രമമുണ്ട്. ഛന്ദസ്സിലും സംഗീതത്തിലും ജ്യോതിഷത്തിലും വ്യാകരണ ശാസ്ത്രത്തിലുമെല്ലാം വർണ്ണസർഗ്ഗം പ്രതിപാദിക്കപ്പെടുന്നുണ്ട്. നാദാത്മികയായ വാഗ്ദേവി ത്രിവർണ്ണാം പ്രണവാത്മികാം എന്ന് പ്രകീർത്തിയ്ക്കപ്പെടുന്നു. ഇവയിൽ നിന്നാണ് അമ്പത്തൊന്ന് അക്ഷരവർണ്ണം ചേർന്ന വാഗ്ദേവിയുടെ സ്ഥൂല (വൈഖരി) രൂപം ഉരുത്തിരിഞ്ഞത്. ഈ വർണ്ണമാലകൾ

(garland of letters) അവൾ അണിയുന്നു, ധരിയ്ക്കുന്നു. അവളുടെ രൂപം അക്ഷരവർണ്ണരൂപമാണ്. സംഗീതജ്ഞനായ നാരദമുനി,

ദേവദത്തമിമാം വീണാം സ്വരവർണ്ണവിഭൂഷിതാം എന്ന് ഈശ്വരദത്തമായ ഗാത്രവീണയിലും സംഗീതോപകരണമായ വീണ യിലും സ്വരവർണ്ണ വിഭൂഷകൾ ചാർത്തിയാണ് ഹരിനാമം പാടി സഞ്ചരിക്കുന്നത്. എനിയ്ക്ക് എന്നെത്തന്നെ അറിയണമെങ്കിൽ എന്റെ സ്ഥൂലശരീരത്തെ മാത്രമല്ല, എന്റെ നാമവർണ്ണങ്ങളുടെ സൂക്ഷ്മകാരണ ഭാവങ്ങളേയും അറിയണം. ശബ്ദത്തേയും സ്വര ത്തേയും അറിയാൻ എനിയ്ക്ക് എന്റെ പൂർവ്വികർതന്ന നാമമന്ത്രം തന്നെ നിമിത്തമായിത്തീർന്നു. വർണ്ണ എന്ന വാക്കിന്റെ ഉല്പത്തി വൃന്ത് വരണേ എന്ന ധാതുവിൽ നിന്നാണ് വരിയ്ക്കപ്പെടുന്നത്, വരിയ്ക്കപ്പെടേണ്ടത് ആണ് വർണ്ണങ്ങൾ. സരസ്വതി സർവ്വരാലും വരിയ്ക്കപ്പെടുന്നു, അവൾ വരിയ്ക്കപ്പെടേണ്ടവളാണ്. വർണ്ണാത്മി കയാണ്. സുവർണ്ണമെന്നാൽ ശ്രേഷ്ഠമായതിനെവരിയ്ക്കുന്നത്, ശ്രേഷ്ഠരാൽ വരിയ്ക്കപ്പടുന്നത്, സ്വർണ്ണനിറമുള്ളത്, സ്വർണ്ണം, നല്ല നിറമുള്ളത് എന്നെല്ലാം സ്ഥൂലവും സൂക്ഷ്മവുമായ അർത്ഥമുണ്ട്. മഹാഭാഷ്യ പ്രകാരം വർണ്ണങ്ങളിൽ വർത്തിയ്ക്കുന്നതാണ് വാക്ക്. നല്ല അക്ഷരവർണ്ണങ്ങളിൽ വർത്തിക്കുന്ന വാക്കാണ് സുവർണ്ണ-കാരണരൂപത്തിൽ പ്രപഞ്ചശക്തികളെ പ്രവർത്തിപ്പിക്കാനുള്ള ആദി പരാശക്തിയായി ചിദാകാശത്തിലും യോഗിയുടെ ഹൃദാകാശ ത്തിലും ജ്വലിയ്ക്കുന്ന സുവർണ്ണ നാദബിന്ദുവാണ്. ഛാന്ദോഗ്യഉ പനിഷത്തിൽ സ്വരം തന്നെയാണ് സുവർണ്ണ. (സ്വര ഏവ സുവർണ്ണഃ) സ്വരോപാസകർക്ക് എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും (സ്ഥൂല, സൂക്ഷ്മ, കാരണ) സുവർണ്ണം ലഭിക്കുന്നതായി ബൃഹദാരണ്യകോ പനിഷത്ത് പറയുന്നു. അവൾ സുവർലോകത്തിലെ അന്നം (സുവ

രന്നം) ആയ സ്വരമാകയാൽ ദേവഗന്ധർവ്വന്മാരുടെ പാലന പോഷണത്തിനുള്ള ഭക്ഷണമാണ്. അന്നം ഭക്ഷണം മാത്രമല്ല, ഹംസവാഹനവുമാണ്. സ്വരം സുവർണ്ണഹംസ പ്രാണവാഹനവുമാണ്. സുവർ (സ്വർല്ലോകം) + ണ പ്രത്യയം. ഉള്ളതിനാൽ സുവർലോകത്തിന്റെ നിർവൃതിയാണ് സുവർണ്ണ. (കൃഷ്ണ ശബ്ദം- കൃഷ് ഭൂമി അഥവാ ഭൂലോകം+ണ പ്രത്യയം- ഭൂമിയുടെ നിർവൃതിയായിരിക്കുന്നതുപോലെ Refer നാരായണീയം)

അതിന്റെ ചലനം, ജ്വലനം, സ്ഫുരണം, സ്ഫുലനം, വികാസം, ലയനം ഇവയിൽ ചിദാകാശത്തിൽ സർഗ്ഗം, സ്ഥിതി, പ്രലയങ്ങളും സ്ഫോടവും സംഭവിക്കുന്നു.

സ്ഫോടാഖ്യോ നിരവയവോ നിത്യശബ്ദോ ബ്രഹ്മൈവേതി.

ഇപ്രകാരം പ്രകാശനാദങ്ങളുടെ പരമമായ നിർവൃതി അനുഭവിപ്പിക്കുന്ന ആദ്യസ്വരമായിരിക്കുന്ന ഓങ്കാരമെന്ന നിത്യശബ്ദത്തിന്റെ പശ്യന്തിരൂപമാണ് നാദബിന്ദു/ സുവർണ്ണബിന്ദു. ഹിബ്രുവിൽ പ്രകാശത്തിന് അ, ഉ, ര (AUR) എന്നാണ് പറയുക.

God said, Let there be Aur. And there was Aur.

വേദം	ബൈബിൾ
പ്രജാപതിർവൈ ഇദം ആസീദ	In the begining was God
തസ്യവാക് ദ്വിതീയാ ആസീദ	Word was with God
വാഗ്വൈ പരമം ബ്രഹ്മഃ	

വാക്ക് (Logos) സർവ്വകാമധുക്ക് (സർവ്വാഭീഷ്ടപ്രദായിനി)യാകയാലാണ് ഇന്ത്യയിൽ അറിവിനെ വരദേ കാമരൂപിണി എന്ന് വിളിയ്ക്കുന്നത്. വാക്ക് അമ്മയാണ്. ഈശ്വരന് സൃഷ്ടിക്കാനുള്ള കാമത്തിൽ നിന്നാണ് (divine desire to create) അവൾ ജനിച്ചത്. ഇപ്രകാ

രമുള്ള അമ്മയെ (അറിവിനെ) കാമം (desire) എന്ന അർത്ഥത്തിൽ ചെകുത്താന്റെ വാക്കുകേട്ട ഹവ്വയായി ഭാരതം ഒരിയ്ക്കലും കണ്ടി ല്ല. അമ്മ കുഞ്ഞിന് ദൈവമാണ് (അഛന്റെ പ്രജാകാമം കൊണ്ടാണ് കുഞ്ഞ് അവളിൽ ജനിച്ചതെങ്കിലും) അവളുടെ വാക്കും ദൈവീവാ ക്കായി അവനെ വളർത്തുന്നു. ഈശ്വരപുത്രിയായ വാഗ്വിരാട് കാമ ധേനു (ഗോരൂപിണി)യായ പ്രപഞ്ചമാതാവാണ് (ഗോ=എന്നാൽ രശ്മി എന്നും അർത്ഥമുണ്ട്)

ഭീഷ്മ പർവ്വത്തിൽ ഇങ്ങനെ പറയുന്നു.- അച്യുതനായ ശ്രീകൃ ഷ്ണൻ ഗായത്രീ രൂപത്തിൽ സരസ്വതിയേയും വേദങ്ങളേയും സ്വമ നസ്സിൽത്തന്നെ ജനിപ്പിച്ച് ദർശിച്ചു. ഇവിടെ കൃഷ്ണൻ മന്ത്രദ്രഷ്ടാ വായ ഋഷിയാണ്.

ജഗത്ത് വാങ്മയഃ വേദാത്മികാ വാക് എന്ന് ഋഗ്വേദസായണഭാഷ്യ ത്തിലുണ്ട്. ഇപ്രകാരമുള്ള വാഗ്ദേവിയുടെ വാക്ക് (വാഗ്ദേവി പറ യുന്ന വാക്ക്- വാക്കിന്റെ വാക്ക്) ഋഗ്വേദം 10ാം മണ്ഡലത്തിലുണ്ട്. ഞാൻ വാക്ക്, ആരെ പ്രേമിയ്ക്കുന്നുവോ, അവനെ ദ്വിജനും ഋഷി യുമാക്കുന്നു.

താൻ സ്നേഹിക്കുന്ന, തന്നെ ഉപാസിക്കുന്ന ദാസനിൽ പ്രവേശിച്ച്, അവനാൽ ദർശിക്കപ്പെട്ട്, അവനിൽ തന്മയീഭവിച്ച് പുനർജനിച്ച്, അവനെ ദ്വിജനും ഋഷിയും കവിയും ഭാഗവതരുമാക്കുന്നു ദേവി സരസ്വതി. ശ്രീകൃഷ്ണനും, കാളിദാസനും, വ്യാസനും, ശങ്ക രനുമൊക്കെ ഇങ്ങനെ അനുഗ്രഹിയ്ക്കപ്പെട്ടവരാണ്. ശാന്തിപർവ്വ ത്തിൽ വേദമാതാവായ സരസ്വതീദേവിയെ എന്നിൽ ഇരിക്കുന്നവ ളായി ദർശിക്കുക എന്നുകാണാം. (വേദാനാം മാതരം പശ്യസ്താം ദേവീം സരസ്വതിം) തൈത്തരീയത്തിൽ ആദ്യത്തെ വാക്ക്, ആദ്യത്തെ അക്ഷരം, അമ്മയുടെ അമൃത നാഭിയിൽ നിന്നുണ്ടായി

ഇത് പ്രപഞ്ചത്തിനും വേദത്തിനും മാത്രമല്ല, ഓരോ മനുഷ്യശിശുവിനും അങ്ങനെയാണ്.

വാക് അക്ഷരം പ്രഥമം യാ

ഋതസ്യ വേദാനാം മാതാ അമൃതസ്യ നാഭി.

നാദപ്രപഞ്ചത്തിന്റെ അമ്മയും ഗുരുവും സരസ്വതിയാണ്. ഓരോ കുഞ്ഞും അവളുടെ നാദവും ശിഷ്യനുംആയാണ്, സ്വമാതാവിന്റെ നാദപ്രപഞ്ചത്തെ ഉൾക്കൊള്ളുന്നത്. ഒഴുക്ക്, ഗതിശീലം, ചലനം, ഉള്ള തരംഗസ്വഭാവമുള്ളതാണ് ശബ്ദമെന്നതുകൊണ്ടാണ് സരസ്വതി എന്ന പേര്. സൃഷ്ടിക്കും ശബ്ദത്തിനും ഈ സ്വഭാവം പൊതുവാണ്. കാരണം, ശബ്ദ തരംഗം തന്നെയാണ് സർവ്വസൃഷ്ടിയ്ക്കും മൂലകാരണം ഹംസ/ സോഹം എന്ന പ്രാണബീജത്തിൽ സർവ്വപ്രാണികളിലും അവൾ നാദാത്മികയായി ഇരിയ്ക്കുകയാൽ പ്രപഞ്ചം മുഴുവൻ നാദമയം- വേദമയം- മന്ത്രമയം സ്വരവർണ്ണ വിഭൂഷിതം എന്നറിയുന്നതാണ് യഥാർത്ഥ അദ്വൈത രഹസ്യം.

ഉപാസകനും ഉപാസനാ മൂർതതിയും തന്മയീഭവിക്കുന്നതെങ്ങനെ?

അഞ്ച് മായാ കഞ്ചുകങ്ങളെ ത്യജിച്ചിട്ട് എന്നാണുത്തരം.

1. കാലം കാലദേശങ്ങളുടെ പരിമിതിയാണ് ആദ്യം ത്യജിക്കേണ്ടത്. ഇന്ന ദേശത്ത് ഇന്ന കാലത്ത് എന്നല്ലാതെ, സർവ്വദേശത്തും സർവ്വകാലത്തും സത്യമായതിനെ ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമായ ധ്യാന സമാധിയിൽ അറിയാൻ സാധിക്കണം.
2. നിയതി ആചാരങ്ങളും നിയമങ്ങളും മനുഷ്യൻ ഉണ്ടാക്കിയത് സമൂഹത്തിൽ ധർമ്മം പാലിയ്ക്കാനാണ് എല്ലാ ആചാരത്തിൽ നിന്നും നിയമത്തിൽ നിന്നും സ്വാതന്ത്ര്യം കിട്ടുക എന്നതിനർത്ഥം, ഒരു ആചാരവും ഒരു നിയമവും കൂടാതെത്തന്നെ, സ്വയം ധർമ്മിഷ്ഠനാവുക എന്നതാണ്. ഏറ്റവും നല്ല ധർമ്മി

ഷ്ഠന് ആചാരവും നിയമവും ഇല്ലാതെയും ധർമ്മം പാലിക്കാൻ ആത്മബലമുണ്ട് അതില്ലാത്തവർക്കാണ് നിയമങ്ങളുടെ ആവശ്യം.

3. <u>രാഗ കഞ്ചുകം</u>

ഈ വ്യക്തി, അഥവാ ഉപാസനാമൂർത്തി എന്നിൽ നിന്നു വേറെയാണ്, ഇത് എന്റെ/ഞങ്ങളുടെ- അത് നിന്റെ /അവരുടെ ഈ ഭേദഭാവന കൊണ്ട് ചിലരിൽ രാഗം- ചിലതിൽ ദ്വേഷം ജനിയ്ക്കും. മതം, രാഷ്ട്രീയം, ഭാഷ, വർഗ്ഗ, സമുദായം, ലിംഗം എന്നിങ്ങനെ പലവിധത്തിൽ ഈ ഭേദഭാവനയുടെ ആവരണം നമ്മുടെ ഉൾക്കണ്ണിനെ മൂടിക്കളയും. ഇതിനെ പൂർണ്ണമായി ത്യജിക്കണം. അതുപോലെ, താനും ഈശ്വരനും വെവ്വേറെയല്ല, ഈശ്വരനും പ്രപഞ്ചവും വെവ്വേറെയല്ല, എന്ന ഭേദവും പോകണം. ഇങ്ങനെ രാഗകഞ്ചുകം ത്യജിച്ചാൽ,

അഹം (ഞാൻ) = ബ്രഹ്മം (ഈശ്വരൻ)= പ്രപഞ്ചം എന്നും, പ്രപഞ്ചത്തിൽ തനിക്ക് അതുവരെ തോന്നിയ മമ, തവ ഭേദഭാവന വെറും തോന്നൽ (ഭ്രമം, മായ, ..) ആയിരുന്നുവെന്നും മനസ്സിലാവും.

4. ഞാൻ എല്ലാം അറിഞ്ഞുകഴിഞ്ഞു എന്ന ജ്ഞാനഗർവ്വം കൂടാതെ, വിദ്യതന്ന വിനയത്തോടെ ഗുരുവിനെയും സജ്ജനങ്ങളേയും സമീപിച്ച് ചർച്ച നടത്തണം
5. ഞാൻ ഇതെല്ലാം ചെയ്യുന്നു എന്ന് കർത്തൃത്വഭാവത്തിൽ അഹന്ത കൂടാതെ സർവ്വം ബ്രഹ്മാർപ്പണമായി, സർവ്വം ഈശ്വരകൃതമായി അറിഞ്ഞ് ഈ ലോകത്തിൽ നമ്മുടെ കർമ്മങ്ങൾ ധർമ്മാനുസൃതം, ചെയ്യുന്ന ഒരാൾ സ്വാഭാവികമായും ഉപാസനാമാർഗ്ഗത്തിൽ തന്മയീഭാവം കൈവരിയ്ക്കുന്നു. സാമവേദത്തിലെ

സ്വരോപാസകരായ വൈദിക ഋഷിമാരുടെ ആദ്യമന്ത്രസ്വരം ഷഡ്ജവും അവസാന മന്ത്രസ്വരം ധൈവതവുമാണ്.

സാമവേദം- ആദ്യമന്ത്രം

ഓം അഗ്ന ആയാഹി വീതയേ ഗൃണാനോ

ഹവ്യദാതയേഃ നിഹോതാ സത്സിബർഹിഷി

ഋഷി- ഭരദ്വാജൻ

ദേവത- അഗ്നി

ഛന്ദസ്- ഗായത്രി

സ്വരം- ഷഡ്ജം

(പ്രകാശമുള്ളതിനു മാത്രമെ പ്രകാശത്തിലേക്ക് നയിയ്ക്കാനാവൂ. അതിനാൽ അഗ്നിയെ വിളിയ്ക്കുന്നു. പ്രകാശമുള്ള സ്ഥലത്തേ ഭോഗശുദ്ധിഉള്ളു. പ്രകാശം ജ്ഞാനമാണ്. സർവ്വദിശകളിൽ നിന്നും ജ്ഞാന പ്രകാശമെന്ന തേജോർജ്ജത്തെ എന്നിലേക്ക് വന്നാലും (ആയാഹി) എന്ന് ആവാഹിക്കുന്നു. എന്റെ ഹൃദയത്തിലേക്ക് നീ പ്രവേശിച്ചാലും എന്ന പ്രാർത്ഥന ഉപാസനയായി പരിണമിക്കുന്നു. ഇവിടെ സാമസംഗീതം ആരംഭിയ്ക്കുന്നു. സ്വസ്തി ലഭിക്കുന്നത് സാമസംഗീതത്തിൽ നിന്നുമാത്രമാണ്)

സാമവേദം- അവസാനമന്ത്രം

ഓം- സ്വസ്തിന ഇന്ദ്രോ വൃദ്ധശ്രവാഃ സ്വസ്തിനഃ പൂഷാ വിശ്വവേദാഃ

സ്വസ്തിന സ്താർക്ഷ്യോ അരിഷ്ടനേമിഃ

സ്വസ്തിനോ ബൃഹസ്പതിര് ദധാതുഃ

ഋഷി. ഗൌതമപുത്രൻ രാഹുഗണൻ

ദേവത വിശ്വേദേവകൾ

ഛന്ദസ്- വീരാട്സ്ഥാനാ ത്രിഷ്ടുപ്പ്

സ്വരം ധൈവതം

ഉപാസകൻ ഉപാസനയിലൂടെ ഈശ്വരവിഭൂതിസാക്ഷാത്ക്കാരം നേടിക്കഴിഞ്ഞു. സർവ്വദിശകളിലേയും ഐശ്വര്യമായ അക്ഷരവിഭൂതികൾ നിരന്തരമായി നിർത്താനുള്ള അർത്ഥനയാണിത്.

ഇവിടെ ഇന്ദ്രൻ, വൃദ്ധശ്രവസ്സ്, പൂഷാവ്, വിശ്വവേദസ്സ്, പിന്നിലേക്ക് ഒരിക്കലും പോകാത്ത താർക്ഷ്യൻ അഥവാ ഗരുഡൻ, അരിഷ്ടനേമി, ബൃഹസ്പതി മുതലായവരുടെ നാമങ്ങൾ (മന്ത്രങ്ങൾ) അവയുടെ വാഗർത്ഥത്തോടെ മനനം ചെയ്തു വേണം വിഭൂതികൾ നിർണ്ണയിയ്ക്കാൻ. ഈ വിഭൂതികളെല്ലാം ചേർന്ന പരബ്രഹ്മരൂപമായ തേജസ്സ് ജഗത്തിനു മുഴുവൻ എന്നെന്നേയ്ക്കും സ്വസ്തി നൽകാനാണ് (തനിയ്ക്കു മാത്രമല്ല) പ്രാർത്ഥന. ബ്രഹ്മ സാക്ഷാത്ക്കാരം നേടിയ സാമസ്വരോപാസകൻ അങ്ങനെയേ സങ്കല്പിയ്ക്കയുള്ളു. സത്യസങ്കല്പനായ ഋഷിയുടെ സങ്കല്പം സത്യമായി ഭവിക്കുന്നു.

ഇവിടെ വൃദ്ധശ്രവസ്സ് എന്ന നാമം ശ്രദ്ധേയമാണ്. ഏറ്റവും പുരാതനമായ, വൃദ്ധമായ തേജസ്സാണ്, ശബ്ദം അഥവാ ശ്രവണം, ശ്രുതി സദാ വർദ്ധിക്കുന്നതാണ്, വളരുന്നതാണ് വൃദ്ധവും, ബ്രഹ്മവും- ശ്രവണത്താൽ മഹത്വം വർദ്ധിക്കുന്നതിനാൽ ജ്ഞാനം വൃദ്ധമാണ്. നാം ആദ്യം അറിവുനേടുന്നതും ശ്രുതിയാലാണ് (ഗർഭത്തിൽ) ഒടുവിൽ പോകുന്ന അറിവും ശ്രുതിയാണ് (മരണത്തിൽ) ഇങ്ങനെ എല്ലാ അർത്ഥത്തിലും ഏറ്റവും പുണ്യപുരാതനമായ ശ്രുതിയിലാണ് സാമവേദവും സംഗീതവും ഉറപ്പിച്ചിരിക്കുന്നത്. ഓരോ അമ്മയും ഗർഭകാലത്ത് ഇക്കാര്യം ഓർത്ത് നല്ലതുമാത്രം കേൾക്കാനും, നല്ലതുമാത്രം പറയാനും ശ്രദ്ധിയ്ക്കുന്നത് അവർക്കും അവരുടെ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും മാത്രമല്ല ലോകത്തിനു മുഴുവൻ സ്വസ്തി അരുളും.

താത്, ജനകരാഗങ്ങൾ

1884 ൽ A.J എല്ലിസ്സിന്റെ Tonometrical Observations on some Existing Non- harmonic scales എന്ന ഗ്രന്ഥം പുറത്തുവന്നു. യൂറോപ്പിലെ സംഗീതത്തിൽ നിന്നുസ്വതന്ത്രമായ മ്യൂസിക്കൽ സ്കെയിലുകളും സംഗീതവും പണ്ടേ ഇന്ത്യയിലും അറബിരാജ്യങ്ങളിലുമുണ്ടെന്ന് അദ്ദേഹം ഈ പുസ്തകത്തിൽ എഴുതി 1840 1914 വരെ ജീവിച്ച രാജാ സുരീന്ദ്രമോഹൻ ടാഗോറിന്റെ 3 പുസ്തങ്ങളും അദ്ദേഹത്തിന്റെ സുഹൃദ്ബന്ധവുമാണ് എല്ലിസ്സിന് ഈ അറിവുകൊടുത്തത്. (Hindu music from various authors 1880, Musical Scales of Hindus 1884, yanthrakosha 1875) യന്ത്രകോശം ഉപകരണസംഗീതത്തിന്റെ ഒരു എൻസൈക്ലോ പീഡിയയാണ്. ഇന്ന് Hornbostal - Sachs സിസ്റ്റം എന്നറിയപ്പെടുന്ന പാശ്ചാത്യഉപകരണസംഗീതത്തിന്റെ ആധാരശിലയായിത്തീർന്നതും, ഗെവേർട്ട്, മാഹില്ലോൺ എന്നിവർക്ക് ഗൈഡ് ബുക്കായതും S.M ടാഗോറിന്റെ യന്ത്രകോശമാണ്.

ലക്നോയിലെ ഖയാൽ സംഗീതജ്ഞരായ ഷക്കർഖാൻ, മഖൻ ഖാൻ എന്നിവരുടെ ഗുരുവായിരുന്ന ഗുലാം രസുൽഖാന്റെ മകൻ ഗുലാം നബി എന്ന ഷോറിമിയാൻ 1810ൽ പഞ്ചാബിലെ ഒട്ടകങ്ങളെ ഓട്ടുന്ന കാരവൻസഞ്ചാരികൾ ഒരു പ്രത്യേകരീതിയിലാണ് ക്ലാസിക്കൽ രാഗങ്ങൾ പാടുന്നതെന്ന് ശ്രദ്ധിച്ചു. അവരുടെ കൂടെ താമസിച്ച്, ശൈലികൾ പഠിച്ച്, ഭാഷപഠിച്ച് ഗുലാം നബി ഉണ്ടാക്കിയ പുതിയ രൂപമായ തപ്പാ ഗ്വാളിയോറിലും ബനാറസ്സിലും പ്രചരിച്ചു. ഗ്രാമീണവും നാഗരികവും ട്രൈബലും ക്ലാസ്സിക്കലുമായ അനേകം രാഗരൂപങ്ങൾ ഇന്ത്യയിൽ പലകാലങ്ങളിൽ പലദേശങ്ങളിലായി ഉണ്ടായിട്ടുണ്ട്. അനന്തം രാഗങ്ങളും അനന്തം ശ്രുതി

കളും ഇന്ത്യൻ സംഗീതത്തിന്റെ പ്രത്യേകതയാണ്. 7 സ്വരം, 22 ശ്രുതിസ്ഥാനം, 12 സ്വരസ്ഥാനം, 72 മേളകർത്താരാഗം, എന്നൊക്കെപറയുമ്പോൾ അത് ഈ അനന്തരാഗ, ശ്രുതി, സ്വര, വർണ്ണ ശ്രേണികളെ ഗ്രഹിയ്ക്കാനുള്ള ഏറ്റവും ചെറിയയൂണിറ്റുകളായി മനസ്സിലാക്കണം. ആധാരഷഡ്ജത്തോടുള്ള മറ്റു ശ്രുതികളുടെ ചേർച്ച, 22 ശ്രുതി സ്ഥാനങ്ങളുടെ ക്രമം എന്നിവ വെച്ചാണ് ഈ യൂണിറ്റുകളുടെ സൃഷ്ടി. ആധാര ഷഡ്ജം ഏതെന്ന് നന്നായി ട്രെയിനിംങ് കിട്ടിയ ഒരു കർണ്ണത്തിനുമാത്രമെ അറിയാൻ സാധിയ്ക്കൂ. പലപ്പോഴും ശ്രോതാക്കൾ രാഗം മനസ്സിലാക്കുന്നത് ഈ കഴിവു കൊണ്ടല്ല -കേട്ടു കേട്ടു പഴകിയ രാഗങ്ങൾ മനസ്സിൽ ഓർമ്മയായി സൂക്ഷിക്കുന്നതുകൊണ്ടാണ്. അതായത് ശ്രുതിയും സ്മൃതിയും (സംഗീതജ്ഞനിലും ശ്രോതാക്കളിലും) പ്രവർത്തിക്കുന്നുണ്ട്. 8-10 നൂറ്റാണ്ടിലെ ബംഗാളിലെ വൈഷ്ണവ ബൌൾ സമ്പ്രദായത്തിന്റെ ചര്യാഗീതങ്ങൾ ബംഗാളിലെ ഏറ്റവും പഴയ വരമൊഴിസംഗീത (written) മാണ്. കാഠ്മണ്ഡുവിലെ റോയൽ ലൈബ്രറിയിലുള്ള ഇത് തിബത്തൻ, മംഗോൾ ഭാഷകളിലേക്ക് തർജ്ജമചെയ്തിട്ടുണ്ട്. ബംഗാളിലെ പ്രീ ഇസ്ലാമിക് സമൂഹത്തിന്റെ സംഗീതപരമായ അറിവ് ഇതിലാണുള്ളത്. വടക്കെഇന്ത്യയിൽ മുഗൾ ഭരണകാലത്ത് സംഗീതം വളരെയേറെ പരിണാമങ്ങൾക്ക് വിധേയമായി. ദക്ഷിണേന്ത്യയിൽ ഈ പരിണാമങ്ങൾ ഉണ്ടായില്ല. അതിനാൽ ഏറ്റവും പഴയ ഇന്ത്യൻ സംഗീതം ഇപ്പോൾ ദക്ഷിണേന്ത്യൻ ക്ലാസിക്കൽ സംഗീതമാണ്.

മേളകർത്താരാഗങ്ങളിൽ ആദ്യം മദ്ധ്യമം (Perfect 4th) പ്രതിമദ്ധ്യമം (Argumented 4th . F#) എന്നിവവെച്ച് രാഗങ്ങളേ 36 വീതമാക്കിതിരിക്കുന്നു, ഓരോ ശ്രുതിയ്ക്കും മൂന്നുമൂല്യമായി പ്രത്യക്ഷപ്പെടാം (മി

നിമം 24 സെന്റ്, മീഡിയം 70 സെന്റ്, മാക്സിമം 90 സെന്റ്) ഒരു രാഗത്തെ, മന്ദ്രം (bass) മദ്ധ്യം(മീസോ- മീഡിയം) താരം (treble) ആയി പാടാം ലയം (tempo) മാറ്റാം. അലങ്കാരങ്ങൾ (ornaments) മാറ്റി പ്രയോഗിയ്ക്കാം. ആധാരഷഡ്ജത്തിനു ശേഷം പ്രയോഗിക്കുന്ന ശ്രുതികളുടെ ഇടവേള അനുസരിച്ച് സംവാദി (8-2, 9-13 ശ്രുതി അകലം) വിവാദി (2 ശ്രുതി ഇടവേള) അനുവാദി (മറ്റ് ഇടവേളകൾ) എന്നിങ്ങനെ രാഗങ്ങളുണ്ടാക്കാം. (വിവാദി 112 സെന്റ് അഥവാ ഡയടോണിൽ സെമിടോൺ ആണെന്നാണ് പ്രൊ. സാംബമൂർത്തിയുടെ അഭിപ്രായം. വൈഷ്ണവ, സൂഫി ഭക്തി, സംഗീതങ്ങളിൽ Diatonic Semitone(വിവാദി) ഉണ്ട്) കൂടാതെ വക്രസഞ്ചാരം ചെയ്യാം. ഇപ്രകാരം ഒട്ടനവധി ടെക്നിക്കൽ സാദ്ധ്യതകൾ ഒരു ഗായകൻ /ഗായിക പാടുമ്പോൾ ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. ഇതിനോട് അവരുടെ ശബ്ദം അഥവാ സുസ്വരവും വൈകാരിക ഭാവങ്ങളും ചേർന്നാണ് ഒരു രാഗം ഒരു ശ്രോതാവിനെ ആകർഷിക്കുന്നതും, ആനന്ദിപ്പിക്കുന്നതും, സാന്ത്വനിപ്പിക്കുന്നതും രോഗം ശമിപ്പിക്കുന്നതും. എന്തെല്ലാം ഗണിതക്രിയ (permutation, combination) അതിസൂക്ഷ്മമായി ചെയ്യാമോ അതെല്ലാം ചേർന്നാണ് ഒരു സമ്പൂർണ്ണ രാഗസൃഷ്ടി ഇതിനെ പുനർസൃഷ്ടിക്കുക, വീണ്ടും കണ്ടെത്തുക, പുതിയ നാമം കൊടുക്കുക. എന്ന പ്രക്രിയയാണ് ഗായകരും സംഗീതജ്ഞരും വിവിധകാലദേശങ്ങളിൽ ചെയ്യുന്നത്. മേല്പറഞ്ഞ എല്ലാ രാഗരൂപങ്ങളും പാടുന്നുരുടെ ജീവൻ അഥവാ പ്രാണനിലെ ത്രസിക്കുന്ന, സ്പുരിക്കുന്ന, പ്രേമിക്കുന്ന, രസാനുഭവത്തിലെ വൈകാരികാംശം ഇല്ലെങ്കിൽ സാന്ത്വനമോ, ആനന്ദമോ, രോഗശമനമൊ ഒന്നും തരില്ല. ഈ കാര്യം മനസ്സിലാക്കിയാൽ, മ്യൂസിക്ക് തെറാപ്പിയ്ക്ക് ഇന്ന രോഗത്തിന് ഇന്നരാഗം, ഇന്ന പ്രായ

ക്കാർക്ക് ഇന്നരാഗം, കുട്ടികൾക്ക് ഇന്നരാഗം, ഗർഭിണിയ്ക്ക് ഇന്ന രാഗം എന്നൊക്കെ പറയുന്നതിലെ അശാസ്ത്രീയത, പരിമിതി, അപാകത- എല്ലാം വ്യക്തമാകും. ഒരു വ്യക്തിയ്ക്ക് ഒരുരാഗമല്ല, അനേകം രാഗങ്ങൾ ആനന്ദം, സാന്ത്വനം, രോഗശമനം തരും. ഒരു രോഗത്തിന് ഒരു രാഗമല്ല, അനേകം രാഗങ്ങൾ ശമനം തരും. എങ്ങനെ, എപ്പോൾ, എത്രമാത്രം ഭാവരസങ്ങളോടെ, എന്തു വികാരത്തോടെ, എന്തു ശബ്ദത്തിൽ പാടി എന്നതുകൂടി ഉൾപ്പെടുത്താതെ വെറുതെ ഒരു രാഗം ഒരു രോഗത്തിനെന്ന് നിർദ്ദേശിക്കുന്നത് അശാസ്ത്രീയമാണ്.

ഋഗ്വേദ മന്ത്രജപം ആർച്ചിക, സമാഹാരം എന്ന് രണ്ടുവിധമാണ്. സമാഹാരം ഹാർമണി യാണ്. അതിൽ രണ്ടു ശ്രുതി ഉപയോഗിക്കുന്ന ഗാഥയും മൂന്നു ശ്രുതി ഉപയോഗിക്കുന്ന സാമികയും പെടും. അനുദാത്തം (പെർഫക്ട് 7), ഉദാത്തം (താരം- അഥവാ മേജർ സെക്കന്റ്), സ്വരിതം (മീഡിയം - ആധാരശ്രുതി) എന്നിവയാണ് സാമികയിൽ ഉള്ള 3 ശ്രുതി.

ഉദാത്തം (Major 2nd)		
	കൃഷ്ടം	പഞ്ചമം (പാ)
	പ്രഥമം 1	മദ്ധ്യമം (മാ)
ദ്വിതീയം 2	ഗാന്ധാരം (ഗാ)	
സ്വരിതം (Medium picth)	തൃതീയം 3	ഋഷഭം (രി)
	ചതുർത്ഥം 4	ഷഡ്ജം (സാ)
	മന്ദ്രം 5	നിഷാദം (നീ)
അനുദാത്തം (Perfect 7)	അതിസ്വാര്യം 6	ധൈവതം (ധ)

സ്വരത്തിനും ശ്രുതിയ്ക്കും രാഗത്തിനുമെല്ലാം നാമങ്ങൾ ഇന്ത്യയിൽ വേദകാലം മുതൽക്കേ തുടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. യൂറോപ്പിൽ (990-1050)

Guido de Arezzo അത് ആരംഭിച്ചത് അറബികളിലൂടെ ഇന്ത്യൻ സംഗീതം ലഭിച്ച ശേഷമാണ്. താത് എന്ന ഹിന്ദുസ്ഥാനി സിസ്റ്റം വാദി (H system) യേയും മേളകർത്താരാഗമെന്ന ദക്ഷിണേന്ത്യൻ സിസ്റ്റം അംശ (K system) ത്തേയും ഉപയോഗിച്ച് യാഴ്, കുഴൽ മുതലായ ഉപകരണങ്ങളിലൂടെ ഒരു സ്ക്കെയിലിലെ തൊട്ടടുത്ത ഡ്രിഗ്രികളിലൂടെ സഞ്ചരിച്ച് അനന്തസാദ്ധ്യതകൾ കണ്ടത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഇവയുടെ ഉത്ഭവം ഒന്നുതന്നെയാണ്. ഈ ഉപകരണസംഗീതം വെച്ചുള്ള പരീക്ഷണങ്ങൾക്കും വേദകാലത്തോളം പഴക്കമുണ്ട്. ഒരു പക്ഷെ അതിലും പഴക്കമുണ്ട് എന്ന് ട്രൈബൽ സംഗീതം തെളിയിക്കുന്നു. പഴയകാലത്തെ സ്കെയിലുകളുടെ നാമങ്ങൾ (Danielou & Bhat)

മദ്ധ്യമ ഗ്രാമത്തിൽ -

മാർഗ്ഗി (മാനുകളുടെ), ശുദ്ധമദ്ധ്യമം (natural 4th), കലോപനതാ (melodious, Skillful), ഹരിണാശ്വ(ഹരിണാശ്വന്മാരുടെ അഥവാ ഹരിയുടെ നാട്ടിലുള്ളവരുടെ), സൌവീരി (സൌവീരി/ സിന്ധുദേശക്കാരുടെ) ഋഷ്യക(ഋഷിമാരുടെ/ കലമാന്റെ നാട്/ ഋചീക) ഇതിൽ 7-ാമത്തേത് വേദത്തിലെ പാവിരവി (പൌരവി) പുരിയിലുള്ള നഗരവാസികളുടെ ഭൈരവിയാണ്.

പത്ത് താത് രാഗങ്ങൾ (H system)

1. ബിലവൽ (ആധാരശ്രുതി സാ- എന്നെടുത്ത്)
2. കാഫി. (Bb, Eb മാറുന്നു)
3. ഭൈരവി (Bb, Eb, Ab, D6)
4. കല്യാണ (F#)
5. ഖമജ് (Bb)
6. അസാവേരി (Bb,Eb, Ab)
7. തോഡി (Eb, Ab, Db, F#)

8. ഭൈരവ (Ab, Db)

9. പൂർവ്വി (Ab, Db, F#)

10. മാർവ്വാ (Db, F#)

ഇതിനെ K system (മേളകർത്ത)യോട് താരതമ്യപ്പെടുത്തിയാൽ സ്കെയിൽ

	മേ.ക സംഖ്യ	1 C	2 Db	3 D	4 Eb	5 E	6 F	7 F#	8 G	9 Ab	10 A	11 Bb	12 B	1 C	
1. ബിലാവൽ	29	0		0		0	0		0		0		0	0	ശങ്കരാഭരണം
2. കാഫി	22	0		0	0		0		0		0	0		0	ഖരഹരപ്രിയ
3. ഭൈരവി	8	0	0		0		0		0	0		0		0	ഹനുമത്തോഡി
4. കല്യാണ	65	0		0				0	0		0		0	0	മേചകല്യാണി
5. കമാജ്	28	0		0		0	0		0		0	0		0	ഹരികാംബോജി
6.അസാവേരി	20	0		0	0	0	0		0	0		0		0	നടഭൈരവി
7. തോഡി	45	0	0		0			0	0	0			0	0	ശുഭപന്തുവരാളി
8. ഭൈരവ	15	0	0			0	0		0	0			0	0	മാ. മാളവഗൌള
9. പൂർവ്വി	51	0	0			0		0	0	0			0	0	കാമവർദ്ധനി
10. മാർവ്വ	53	0	0			0		0	0		0		0	0	ഗമനാശ്രമ

അതായത് മേളകർത്താരാഗത്തിലെ 72 എണ്ണത്തിൽ 10 എണ്ണം

(ജനകരാഗം) വടക്കെ ഇന്ത്യയിൽ താത രാഗങ്ങളായി പാടപ്പെടുന്നു. അവയ്ക്ക് കാലക്രമേണ മുഗൾ ഭരണകാലത്ത് വന്ന രൂപ ഭാവഭേദങ്ങളാണ് നാം ഇന്നറിയുന്ന ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതം. K സിസ്റ്റത്തിലെ 10 എണ്ണമാണ് H സിസ്റ്റത്തിൽ ഉള്ളത്. അതായത് ഇവ തമ്മിലുള്ള ബന്ധം അനിഷേദ്ധ്യമാണ് മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ ക്രൊമാറ്റിക്ക് ഇടവേളവെച്ച് 2 സമഭാഗങ്ങളായി ഒക്ടേവിനെ ഭാഗിക്കുന്നു.

1. C Db D Eb E F 2. G Ab A Bb BC[1]

ആദ്യത്തെ ഗ്രൂപ്പിൽ permutations കൊണ്ട് 6 lower tetrachords കിട്ടും.

C Db D F
C Db Eb F
C Db E F
C D Eb F
C D E F
C Eb E F

ഈ ആറെണ്ണത്തിന്റെ പ്രതിമദ്ധ്യമം (F നു പകരം F#) ആയി 6 ലോവർ ടെട്രാക്കോഡുകൾ കിട്ടുന്നു.

ഗ്രൂപ്പ് 2 വിന്റെ permutations കൊണ്ട് 6 Upper tetrachords കിട്ടും

G Ab A C[1]
G Ab Bb C[1]
G Ab B C[1]
G A Bb C[1]
G A B C[1]
G Bb B C[1]

ആദ്യത്തെ 12 lower tetrachords നെ ഈ Upper tetrachords ന് ചേർത്ത് 72 മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ ലഭിക്കുന്നു. (Ref. മേളകർത്താസ്ക്കെയിൽസ്)

വിശുദ്ധിചക്രം, ആജ്ഞാചക്രം എന്നിവയ്ക്കുള്ള മേള കർത്താരാ

ഗങ്ങൾക്ക് ഹിന്ദുസ്ഥാനി സംഗീതത്തിലെ താത്രാഗങ്ങൾ ഇല്ല എന്നത് ശ്രദ്ധേയമാണ്. (കണ്ഠം, മൂർദ്ധാവ് എന്നീ ചക്രങ്ങൾ അവിടെ ഉപയോഗിക്കുന്നില്ല.)

മൂലാധാരം.

മേച കല്യാണി - കല്യാണ

ഹരികാംബോജി - ഖമാജ്

ശങ്കരാഭരണം - ബിലവൽ

സ്വാധിഷ്ഠാനം

ഖരഹരപ്രിയ - കാഫി

നടഭൈരവി - അസാവേരി

മണിപൂരം

മായാ മാളവഗൌള - ഭൈരവ

കാമവർദ്ധിനി - പൂർവ്വി

ഗമനാശ്രമ - മാർവ്വ

അനാഹതം

ഹനുമത്തോഡി - ഭൈരവി

ശുഭപന്തുവരാളി - തോഡി

കനകാംഗിയുടെ ആരോഹണസ്വരങ്ങൾ രത്നാംഗി മുതൽ രസികപ്രിയ വരെയുള്ള രാഗങ്ങളുടെ (71) അവരോഹണ സ്വരത്തോട് ചേർത്താൽ പുതിയ രാഗങ്ങൾ കിട്ടും. ഇപ്രകാരം 72 രാഗങ്ങൾക്കും ചെയ്യാം.

72 X 72 =5184 പുതിയ രാഗം ഇങ്ങനെ ഉണ്ടാക്കാം.

ഒരു ദൃശ്യദേശം (രൂപം) അഥവാ ഇമേജ് ശബ്ദം കൊണ്ട് ഉണ്ടാക്കാൻ വേണ്ട മിനിമം ആണ് 5 ഡിഗ്രി. ഇത് വെച്ചാണ് 5 ഡിഗ്രിക്ക് ഒരു ജനകരാഗം വെച്ച് 360 ഡിഗ്രി രാശിമണ്ഡലത്തിന് 72 രാഗം എന്ന യൂണിറ്റ് പറയുന്നത്.

സമ്പൂർണ്ണം, സമ്പൂർണ്ണസമ്പൂർണ്ണം, സമ്പൂർണ്ണഷാഡവം, സമ്പൂർണ്ണ ഔഡവം

ഷാഡവ സമ്പൂർണ്ണം, ഷാഡവഷാഡവം, ഷാഡവഔഡവം,

ഔഡവ സമ്പൂർണ്ണം, ഔഡവഷാഡവം, ഔഡവഔഡവം.

എന്നീ ഇനങ്ങളിൽ ഓരോ മേളകർത്താരാഗത്തിൽനിന്നും 484 രാഗങ്ങൾ വീതം 72 മേള കർത്താരാഗങ്ങളിൽ നിന്ന് വീണ്ടും 34848 രാഗം (72X484) ഉണ്ടാക്കാം.

അസംപൂർണ്ണരാഗങ്ങളുടെ ചില ഇടവേളകൾ മാറ്റി പുതിയരാഗങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കാം ഉദാ: മോഹനം (28 ജന്യം) ഔഡവരാഗം- ഇതിൽനിന്ന് രേവഗുപ്തി. ($CDEGAC^1$ മാറ്റി $CDbEGAbC^1$) ഇതിന്റെ ഗണിതതത്വം അനന്തം നാഡികളുടെ തത്ത്വമാണ്. മനുഷ്യശരീരത്തിലും പ്രപഞ്ചശരീരത്തിലും അനന്തം നാഡികളുണ്ട്. അവയിലെ 72000 എണ്ണത്തെ ആയുർവ്വേദവും ജ്യോതിശ്ശാസ്ത്രവും വർണ്ണിക്കുന്നു. വേദവും അംഗീകരിക്കുന്നു. ഈ 72000 നാഡീജാലത്തിന്റെ യൂണിറ്റ് ആയിട്ടാണ് 72 മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ. അതിസൂക്ഷ്മമായ രശ്മീനാദ പരമാണു തരംഗങ്ങളെപ്പോലെ കണക്കിടാനാവാത്ത, അനന്തവും അനാദിയുമായ ശബ്ദത്തെ മനുഷ്യൻ തന്റെ പരിമിത ദേശകാലങ്ങളിലിരുന്ന് സൈദ്ധാന്തികമായി കണക്കാക്കി, ഗണിതപരമായി തെളിയിച്ച്, പ്രായോഗികമായി പാടിക്കേൾപ്പിച്ചു രസിപ്പിക്കയും ശമിപ്പിക്കയും സാന്ത്വനിപ്പിക്കയും ചെയ്യുന്ന രാഗചികിത്സയുടെ വ്യാപ്തി ഇപ്രകാരം മനസ്സിലാക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഈ അനന്തരാഗങ്ങളിൽ ഏത് ഏതിനേക്കാൾ ഉത്തമം, ഏതു രോഗത്തിന് ഏതു വ്യക്തിക്ക് ചേരും എന്നത് കടൽത്തീരത്തെ മണൽ എണ്ണുമ്പോലെയാണ് എല്ലാ രാഗവും വേണ്ടരീതിയിൽ പാടപ്പെട്ടാൽ healing power ഉള്ളതാണ്.

സംഗീതാഭിരുചിയുള്ള കുഞ്ഞിന്റെ ജാതകം

സംഗീതം കർമ്മപുരുഷന്റെ പൂർവ്വജന്മ വാസനാബലമാണെന്ന് നാം സുശ്രുതസംഹിതയിൽ കണ്ടു. അത് ഉചിതമായ പരിസ്ഥിതി (വീട്, വിദ്യാലയം, ഗ്രാമം, നഗരം)കിട്ടിയാൽ പോഷിപ്പിക്കപ്പെടും. അല്ലെങ്കിൽ വായനയായിത്തന്നെ നിൽക്കും അഭ്യാസം വാസനകളെ പൂർണ്ണവികാസം പ്രാപിക്കുന്നു. ഇവിടെ സംഗീതാഭിരുചിയുള്ള രണ്ടുജാതകങ്ങൾ case study കളായി അവതരിപ്പിയ്ക്കുന്നു.

1. ത്യാഗരാജസ്വാമികൾ (ഭൂതകാലം)

ജനനം കൊല്ലം 942. മേടം 25. തിങ്കൾ- ശ്ലുക്ലഷഷ്ഠി. May 4 പുഷ്യത്തിന്റെ പ്രഥമപാദം. 17 വർഷം. 11 മാ- ഗർഭശിഷ്ട ശനിദശ. മരണം 1022 ധനു 15 ബഹുളപഞ്ചമി (1847ൽ)

ഭക്തകവി, composer, ഗായകൻ, അതിസുന്ദരമായ ഗന്ധർവ്വസ്വരം.

	ര ബു	ശു	മ കു
	ഗ്രഹസ്ഥിതി		ല ച ശി
സ			ഗു
			മാ

	ബു		സ
ല	നവാംശകം		
മാ			ച ശു
ഗു ശി മ	ര കു		

ശുക്രൻ, ചന്ദ്രൻ സ്വക്ഷേത്രം, രവി ഉച്ചം, ബുധൻ വർഗ്ഗോത്തമം, നവാംശത്തിൽ ഗുരു, കുജൻ സ്വക്ഷേത്രം.

(B.Vരാമന്റെ Notable horoscopeൽ ശനിസ്ഥാനം 59°.3 ൽ ഇടവത്തിലാണ്. നവംശസ്ഥിതി വേറെയാണ്. see ക്ഷേത്രദർശനം 1981 for

details)

2. യേശുദാസ് (വർത്തമാനകാലം).

ജനനം (1940) ജനുവരി 10. രാവിലെ 8 മണി 10 മിനിട്ട്. അയനാംശം 23^{0}- 47

ഉത്രാടം രണ്ടാംപാദം. വിംശോത്തരി 03വർഷം 10 മാസം 19 ദി. സൂര്യദശ

കു ഗു	മ ശി		
	ഗ്രഹസ്ഥിതി		
ല ച ശു			
ര ബു		സ	

	മ ശി		
	നവാംശകം		ബു
ച			ല ശു
	ര	കു സ	ഗു

വ്യാഴം സ്വക്ഷേത്രം, ശനി നീചം യോഗകാരകൻ, വർഗ്ഗോത്തമത്തിൽ, ചന്ദ്രൻവർഗ്ഗോത്തമം

(ഗായകൻ, അതിസുന്ദരമായ ഗന്ധർവ്വസ്വരം, ഭക്തനാണ്, ഭക്തകവിയല്ല- ഏതാനും രാഗങ്ങൾ compose ചെയ്തിട്ടുണ്ട്.)

1. ത്യാഗരാജരുടെ ജാതകത്തിൽ മേടം- കന്നിവരെ ഗ്രഹങ്ങൾ, കാളസർപ്പയോഗമില്ല. യേശുദാസിന്റേതിൽ മേടം മുതൽ തുലാംവരെ (അപസവ്യം) യാണ് ഗ്രഹങ്ങൾ പൂർണ്ണകാളസർപ്പയോഗമുണ്ട്. (പൂർണ്ണാമൃതയോഗം)
2. ലഗ്നത്തിൽ ചന്ദ്രൻ രണ്ടുപേർക്കും.
3. രവിബുധയോഗം രണ്ടുപേർക്കും (ത്യാഗരാജർക്ക് മേടത്തിൽ, യേശുദാസിന് ധനുവിൽ

4. ചന്ദ്രശുക്രന്മാർ ഏകരാശിയിൽ- രാജയോഗം. യേശുദാസിന് ഗ്രഹ സ്ഥിതിയിൽ, ത്യാഗരാജർക്ക് നവാംശകത്തിൽ.

5. രണ്ടുപേർക്കും ലഗ്നാധിപദൃഷ്ടിയിലാണ് രാഹു.

6. നവാംശകത്തിൽ ശുക്രനും സൂര്യനും ഒരേ ക്ഷേത്രത്തിലാണ് രണ്ടു പേർക്കും.

ശ്രീരാമഭക്തനായ ശ്രീത്യാഗരാജർ ഭരതന്റെ നക്ഷത്രമായ പുഷ്യ ത്തിലാണ് ജനിച്ചത്. ശ്രീരാമനും ഭരതനും ഉച്ചത്തിൽ പഞ്ചഗ്രഹം നിൽക്കുമ്പോൾ മേടത്തിൽ പുണർതത്തിലും പുഷ്യത്തിലും (ശ ത്രുഘ്നനനും ലക്ഷ്മണനും ആയില്യത്തിൽ) ജനിച്ചവരാണ്. ശ്രീരാ മജാതകം ഇങ്ങനെയാണ്. ത്യാഗരാജർക്ക്

ശു	രവി ബുധൻ		
			ച ല ഗു
കുജൻ			
		ശനി	

മേടത്തിലെ രവിബുധയോഗവും, ലഗ്നവും ചന്ദ്രസ്ഥാനവും ഇതു പോലെയാണ്. ഭൂതവർത്തമാന കാലങ്ങളിലെ രണ്ടു പ്രസിദ്ധ ഗായ കരുടെ ജാതകം മുകളിൽ കൊടുത്തു. യേശുദാസിന്റെ ജാതക ത്തിൽ ത്യാഗരാജരുമായി 6 സാമ്യമുണ്ട്. പക്ഷെ ശ്രീരാമനും ശങ്ക രനുമായി ഒരു സാമ്യവുമില്ല. രവിബുധയോഗം ഉണ്ട് അത് ധനുവി ലാണ്, മേടത്തിലല്ല. ഭക്തിയിലും സംഗീതത്തിലും ഉള്ള വാസന ആ ആറ് സാമ്യങ്ങളാലാണ് എന്ന് നമുക്ക് അനുമാനിയ്ക്കാം. (അദ്ദേ

ഹത്തിന്റെ ജാതകത്തിന്റെ പഠനം വീണാചക്രം etc രാശിചക്രം, ചന്ദ്ര ഹരി PP 190-191 ൽ കാണുക.)

ത്യാഗരാജസ്വാമികൾ	**യേശുദാസ്**
1. കർക്കിടകം, ലഗ്നം	ലഗ്നം മകരം
2. മേടം- രവിബുധയോഗം.ബുധൻ വർഗ്ഗോത്തമം	ധനുവിൽ രവിബുധയോഗം
3. രവി ഉച്ചം	—
4. ശുക്രൻ ഇടവം സ്വക്ഷേത്രം	—
5. മിഥുനത്തിൽ ശനി, ചൊവ്വ	—
6. ലഗ്നത്തിൽ സ്വക്ഷേത്രം ചന്ദ്രൻ,ശിഖി	ലഗ്നത്തിൽ (മകരത്തിൽ) ചന്ദ്രൻ
7. 2 ൽ ചിങ്ങത്തിൽ വ്യാഴം	—
8. 3 ൽ കന്നിയിൽ മാന്ദി	—
9. 7 ൽ മകരത്തിൽ സർപ്പി	—
10. 1 ഗ്രഹം ഉച്ചം, 2 സ്വക്ഷേത്രം, ഒന്ന് വർഗ്ഗോത്തമം	ഒരു സ്വക്ഷേത്രം, രണ്ട് വർഗ്ഗോത്തമം
11. ബുധൻ (3,12) കുജൻ(5,10 പരിവർത്തന യോഗം	—
12. നവാംശത്തിൽ ഗുരു, കുജൻ സ്വക്ഷേത്രം (വൃശ്ചികം)	—
13. നവാംശത്തിൽ ചന്ദ്രശുക്രന്മാർ ഏകരാശിയിൽ രാജയോഗം	ചന്ദ്രശുക്രന്മാർ ഏകരാശിയിൽ ലഗ്നത്തിൽ രാജയോഗം

14.ലഗ്നാധിപ ദൃഷ്ടിയിൽ രാഹു	ലഗ്നാധിപദൃഷ്ടിയിൽ രാഹു
15. നവാശത്തിൽ ശുക്രൻചിങ്ങത്തിൽ	നവാംശത്തിൽ ശുക്രൻ ചിങ്ങം
16. നവാംശത്തിൽ സൂര്യൻ വൃശ്ചികത്തിൽ	നവാംശത്തിൽ സൂര്യൻ വൃശ്ചികം
17. —	പുർണ്ണകാളസർപ്പ യോഗം
18. —	3-ാം ഭാവം മീനം വ്യാഴം സ്വക്ഷേത്രം
19. —	3ൽ ഗുരുമംഗലയോഗം
20. നവാംശത്തിൽ വ്യാഴം ധനുവിൽ	നവാംശത്തിൽ വ്യാഴം കന്നിയിൽ

ഗ്രഹനിലയിലും നവാംശത്തിലുള്ള 20 സ്ഥൂലമായ കാര്യങ്ങൾ മാത്ര മാണ് ഇവിടെ സാധർമ്മ്യ വൈധർമ്മ്യം ചിന്തിച്ചിട്ടുള്ളത്, നമ്മുടെ പരിമിതിയും നമ്മുടെ ശക്തിയും അറിഞ്ഞ് selfanalysis ന് നമ്മെ സഹായിക്കുന്ന ഈ രീതിയിലുള്ള comparative spiritual analysis കൊണ്ട് നമുക്ക് ഒട്ടേറെ improvement ഉണ്ടാവും. അഛനമ്മമാർ സ്വന്തം ജാതകം ഇങ്ങനെ analyse ചെയ്ത് സ്വന്തം പരിമിതിയും ആത്മശക്തിയും അറിയുന്നത് നന്നായിരിക്കും.

എൺപതുകളിൽ കൊച്ചി ദേവസ്വം ബോർഡിന്റെ ക്ഷേത്രദർശ നത്തിൽ 18 ജാതകങ്ങൾ (മഹദ്വ്യക്തികളുടെ) ഞാൻ അനലൈസ് ചെയ്തിരുന്നു. 75ൽ ജാതകം പരിശോധിക്കാൻ പഠിച്ചപ്പോൾ എന്റെ ജാതകവുമായി അവരുടെ ജാതകങ്ങളെ ഒത്തു നോക്കി, ഒരു തമാ ശയ്ക്ക് ചെയ്തതാണ്. പക്ഷെ ഒട്ടേറെ ഗുണമുണ്ടായി, അതുകൊ ണ്ട്. ഉദാഹരണമായി, എന്റെ ജാതകത്തിൽ ചന്ദ്രനും ശനിയും ഒന്നി

ച്ചാണ്. അത് മനസ്സംഘർഷമാണെന്ന് ഒരു പുസ്തകത്തിൽ കണ്ടു. വലിയ കാര്യമായ മനസ്സംഘർഷമൊന്നും എനിയ്ക്കുണ്ടായിട്ടില്ലല്ലോ എന്ന് വിചാരിച്ചു. പിന്നെയാണ് യേശുക്രിസ്തുവിനും വിവേകാനന്ദനും ചന്ദ്രമന്ദയോഗം ഉണ്ടെന്ന് മനസ്സിലായത്. അവരുടെ ചന്ദ്രമന്ദയോഗമാണ് അവർക്ക് കരുണ, അറിവുണ്ടെങ്കിലും വിനയം, സന്യാസ ശീലം എന്നിവ കൊടുത്തതെന്ന് അവരുടെ ജാതകപഠനക്കുറിപ്പിൽ കണ്ടു. മനസ്സംഘർഷമെന്ന് സാധാരണ ജ്യോതിഷി പറയുന്നത് ഈ ഉയർച്ചയെയാണ് എന്ന് ഗ്രഹിയ്ക്കാനായി. അങ്ങനെയാണ് spiritual astrology യിൽ കൂടുതൽ താല്പര്യമുണ്ടായത്. സാത്വികഗുണമുള്ള മഹാന്മാരുടെ കഥകൾ കേൾക്കുക, അവരെക്കുറിച്ച് കൂടുതൽ അറിയുക, അവരുടെ ആശയങ്ങൾ ഗ്രഹിക്കുക, എന്തുകൊണ്ട് അവർ ആ ആശയങ്ങളിൽ വിശ്വസിച്ചു എന്നതിന്റെ കാരണം സ്വയം ആരാഞ്ഞറിയുക ഇതൊക്കെ മനസ്സിനേയും ബുദ്ധിയേയും കൂടുതൽ ശുദ്ധവും സാത്വികവുമാക്കും. സാത്വികമായ ഭക്ഷണവും സാത്വികമായ രാഗങ്ങളും സാത്വികമായ പുസ്തകങ്ങളും സാത്വികരായ മഹാന്മാരുടെ ജീവിത മാതൃകകളും കുട്ടികളെ സാത്വിക വൃത്തികളാക്കും. ഭക്ഷണവും രാഗവും പുസ്തകവും ജീവിതമാതൃകകളും താമസമാണെങ്കിൽ കുട്ടികളും താമസരാവും. ഇത് അമ്മമാർ മാത്രമല്ല, കുടുംബാംഗങ്ങളും, ഗുരുനാഥന്മാരും, കുട്ടികളുടെയും രാഷ്ട്രത്തിന്റെയും ലോകത്തിന്റെയും സമാധാനപൂർവ്വമായ സഹവർത്തിത്വത്തിനും ലോകശാന്തിക്കും പ്രാർത്ഥിക്കുന്നവരും പ്രയത്നിക്കുന്നവരുമായ എല്ലാവരും ഒരുപോലെ ഓർത്ത് പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യണം. നമ്മുടെ അടുത്ത തലമുറയ്ക്ക് ഇന്നാവശ്യം വെറും ഉപദേശങ്ങളല്ല. ജീവിതമാതൃകകളാണ്. ഈ പുസ്തകം വായിയ്ക്കുന്ന എല്ലാവരോടും അതുമാത്രമാണ് അഭ്യർത്ഥന. നാം

വെറും ശരീരമല്ല. നാം ആത്മാവാണ്, കർമ്മപുരുഷന്മാരാണ്.

വിവേകാനന്ദൻ ഒരിയ്ക്കൽപറഞ്ഞു: ഞാൻ ഒരമ്മയായിരുന്നുവെങ്കിൽ എന്റെ കുഞ്ഞിനെ തൊട്ടിലാട്ടിക്കൊണ്ട് ഞാൻ പാടുക നീ നിത്യനാണ്, ശുദ്ധനാണ്, നിരഞ്ജനനാണ് എന്നായിരിക്കും- നിത്യോസി, ശുദ്ധോസി, നിരഞ്ജനോസി- അദ്ദേഹത്തിന്റെ പ്രചോദനം മാർക്കണ്ഡേയ പുരാണമാകാം.

ശുദ്ധോ സി രേ താത നതേ സ്തിനാമ
കൃതംഹിതേ കല്പന യാധുനൈവ
പഞ്ചാത്മകം ദേഹമിദം നതേ സ്തി
നൈവാസ്യത്വം രോദിഷികസ്യഹോതോഃ

(മകനേ- നീ ശുദ്ധമാണ് നിനക്ക് നാമമില്ല. നാമങ്ങൾ കല്പിതങ്ങളാണ്. നീ പഞ്ചഭൂതാത്മകമായ ഈ ശരീരമല്ല. നീ ശരീരത്തിന്റേതുമല്ല. പിന്നെ എന്തിന് കരയുന്നു?)

നവാ ഭവാൻ രോദിതിവൈ സ്വജന്മാ
ശബ്ദോ യ മാസാദ്യ മഹീശസൂനും
വികല്പ്യ മാനാ വിവിധാ ഗുണാസ്തേ-
ഗുണാശ്ച ഭൌതാഃ സകലേന്ദ്രിയേഷു

(നീ കരയുന്നില്ല. ശബ്ദം നിന്നിൽ സ്വയം പ്രകടമാവുകയാണ്. ഇന്ദ്രിയങ്ങളിൽ വിവിധ ഗുണങ്ങൾ കല്പിതമാണ്. അവയും അവയുടെ ഗുണങ്ങളുമെല്ലാം ഭൌതികമാണ്)

ഭൂതാനി ഭൂതൈഃ പരിദുർബ്ബലാനി
വൃദ്ധിം സമായാന്തി യഥേഹപുംസഃ
അന്നാംബു ദാനാദിഭിരേവ കസ്യ
നതേസ്തി വൃദ്ധിർന ച തേ സ്തിഹാനി

(പഞ്ചഭൂതങ്ങൾ ദുർബ്ബലങ്ങളാണ്. അവ പരസ്പര സഹായത്താൽ

പുഷ്ടി ആർജ്ജിക്കുന്നു. അതുപോലെ അന്നവും ജലവും കൊണ്ട് ശരീരം പുഷ്ടി പ്രാപിക്കുന്നു. ഭൌതിക ശരീരത്തിനേ അതുള്ളു. ആത്മാവായ നിനക്ക് ഒരു കാലവും വൃദ്ധിയുമില്ല, ഹാനിയുമില്ല) സംസ്കൃതത്തിൽ അല്ല ഈ പാഠം എന്റെ അമ്മയും അഛനും എനിയ്ക്കു തന്നത് മാതൃഭാഷയായ മലയാളത്തിൽ അതി മനോഹ രമായ കവിതകളിലൂടെയാണ്. അമ്മ സ്ഥിരമായി കുട്ടികൾക്കു പാടി ത്തരാറുള്ള ഇന്നത്തെ അമ്മ എന്ന അമ്മാമന്റെ കവിത (നാലാ പ്പാട്ട് നാരായണമേനോൻ) ഈ ആത്മഭാവം അറിയാൻ എന്നെ സഹായിച്ചിട്ടുണ്ട്. മുതിർന്നപ്പോൾ ഞാൻ മനസ്സിലാക്കി, മുൻ വിദ്യാ ഭ്യാസ മന്ത്രിയായിരുന്ന ജോസഫ് മുണ്ടശ്ശേരി ആ ഒരു കവിത മാത്രം പഠിപ്പിച്ചാൽ കേരളത്തിൽ ഒരു കുട്ടിയും ചീത്തയായിപ്പോകില്ല എന്ന് പറഞ്ഞിട്ടുണ്ടെന്ന്. ഇതു വായിക്കുന്ന എല്ലാ അമ്മമാർക്കുമായി അതിലെ ചില വരികൾ ഉദ്ധരിയ്ക്കുന്നു.

ഇന്നത്തെ അമ്മ

കാലത്തുണർന്നു കിടന്നു കളിയ്ക്കും തൻ
ബാലത്തിടമ്പിനെ താലോലിയ്ക്കെ
ചേലഞ്ചു മോമനക്കോച്ചുമുഖം കൺക
ളാലെ നുകർന്നു കൊണ്ടമ്മ ചൊന്നാൾ
പൊന്നുമകനേ, നിനക്കു നിരന്തരം
നിന്നമ്മ നേരുന്നു നന്മംഗളം
ചിന്നും രസത്താൽ ചിരിയ്ക്കുമെൻ പൈതലീ
മന്നിലെ ജ്ജിവിതമെന്തറിഞ്ഞു?
പൂവുപോലുള്ള നിൻ തൂ മെയ് തലോടുമ്പോൾ
നോവുമോ എന്നുഞാൻ ശങ്കിയ്ക്കുന്നു
ദൈവം നിനക്കു കുറിച്ചു വെച്ചുള്ളൊരു
ജീവിത പ്പോരെത്ര നിഷ്ഠുരമൊ!
കള്ളത്തരവും ചതിയും നിറഞ്ഞൊരു
വെള്ളപ്പുറം പൂച്ചാണി പ്രപഞ്ചം
വല്ലതും കാണിച്ചു ശീലിയ്ക്കാത്തോരുടെ
നല്ലൊരു വംശത്തിനങ്കുരം നീ
പൂർവ്വികന്മാരുടെ പുണ്യപദം ചേർന്ന
പാവനമായ പന്ഥാവിലൂടെ
പാരിലവരെക്കാളുന്നതസ്ഥാനത്തി-
ലേറിയെന്നുണ്ണിയെക്കാണ്മനോ ഞാൻ!
ദൈവം നിനക്കു തുണയ്ക്കുമെൻ പൈതലേ
നീ വശം ചാരാതെ നേർവഴിയേ
പോവുക, പോവുകൊ രമ്മതന്നർത്ഥന -

യ്ക്കാവതുണ്ടെങ്കിലോ, മംഗളം തേ
പേടിപ്പെടുത്തുകിൽ പിന്തിരിഞ്ഞീടാതെ
മാടി വിളിപ്പതും മാനിയാതെ
പട്ടുതാനാകിലും വെട്ടുതാനാകിലും
കിട്ടുന്നവയിൽ മനസ്സുന്നാതെ
നാലുഭാഗത്തുള്ളോരെത്ര നിന്ദിച്ചുവെ-
ന്നാലുമെത്രയ്ക്കു പുകഴ്ത്തിയാലും
ആകാശം തന്നെയിടിഞ്ഞു വീണിടിലും
ആകാത്ത കർമ്മത്തിൽ കൈ ചെല്ലാതെ
ഇമ്മഞ്ജു കോമളച്ചുണ്ടാൽ നുകർന്നുള്ളൊ
രമ്മിഞ്ഞപ്പാലു ദുഷിപ്പിക്കാതെ
എന്മകനെത്തിടുകെത്തേണ്ട ദിക്കിലീ
യമ്മയെ മുറ്റുമൊരമ്മയാക്കാൻ!
ജീവിതയാത്രയ്ക്കു കയ്യിലിരിയ്ക്കേണ്ട
താവതു മെന്നിലടുപ്പിയ്ക്കാതെ
പാവമായുള്ളി ക്കുടുംബത്തിലല്ലയോ
ദൈവമെനിയ്ക്കു പിറവിതന്നു!
ഏവമെന്നോമന കുഞ്ഞിനു കുണ്ഠിത-
ഭാവമുണ്ടാകരുതൊന്നു കൊണ്ടും.
കേവലാത്മാവാകും ഈശ്വരൻ നിന്നിലു-
മാവിധമേതു മഹർഷിയിലും
രാജ്യം ഭരിയ്ക്കുന്ന രാജരാജങ്കലും
പൂജ്യനായത്രേ പ്രവർത്തിയ്ക്കുന്നു!
സർവ്വ മഹത്ത്വവും സർവ്വവിജ്ഞാനവും
സർവ്വഥാ തിങ്ങുമസ്സച്ചൈതന്യം

കൈവശം വെച്ചുകൊണ്ടാവു ഞാൻ പാവ മെ-
ന്നാവലാതിപ്പെട്ടാൽ പാപമത്രെ!
അല്ലെങ്കിൽത്തന്നെ നാമൈശ്വര്യ വസ്തുവെ-
യല്ലല്ലൊ പണ്ടും ഭജിച്ചുപോന്നു.
ആനത്തുകിലുമുടുത്തു നടന്നഭി-
മാനമില്ലാതിരന്നൂണുമായി
മാമലയിങ്കലിരുന്നരുളീടുന്നാ
ശ്രീമഹാദേവൻ നമുക്കു ദൈവം
നമ്മുടെ ജീവിത മാതൃക കാണിപ്പോ-
രമ്മഹർഷീന്ദ്രരോ, ഹന്ത! നിത്യം
കായും കനിയും പറിച്ചു തിന്നങ്ങിനെ
കാടകം തന്നിൽ കഴിഞ്ഞിരുന്നോർ
ഇങ്ങനെയുള്ള സദ്വംശതന്തുക്കൾ തൻ
ഇംഗിതം താഴുമോ ദാരിദ്ര്യത്താൽ?
പിച്ച വാങ്ങിച്ച വലം കയ്യല്ലോ പര-
ന്നുച്ചമാം സ്വർഗ്ഗത്തെത്തീർത്തുനൽകി
കല്ലിൽ ച്ചവിട്ടിപ്പതംവന്ന കാൽ ചേർത്ത-
തല്ലോ ലക്ഷ്മീശന്നു വത്സചിഹ്നം
വേണമെന്നുണ്ടെങ്കിലേതു മഹാമേരു
വാണുനിൻ കയ്യിൽ വരാത്തു കുഞ്ഞേ?
പിന്നിലേയ്ക്കേതും തിരിഞ്ഞുനോക്കില്ലെന്നു
മുന്നിലേയ്ക്കേറും മനുഷ്യനുണ്ടോ,
മന്നിലസാദ്ധ്യമായ് വല്ലതുമെന്നല്ലൊ
നിന്നിൽ മുതിർന്നവർ കാട്ടിത്തന്നു
അംഗുഷ്ഠ ഗാത്രനും വേണമെന്നാകിലോ

പൊങ്ങും ഗിരികളടിച്ചമർത്താം
അറ്റമില്ലാതെ കിടക്കും സമുദ്രങ്ങൾ
ഒറ്റക്കൈ കൊണ്ടെടുത്താചമിയ്ക്കാം
മാമലപൊക്കിമഴക്കുടയാക്കിടാം
കോമളക്കുഞ്ഞിക്കരങ്ങളാലേ
പറ്റില്ല ചെയ്യാതെഎന്നാകിൽപ്പിന്നിടാം
ഒറ്റച്ചാട്ടത്തിനാൽ നൂറുകാതം
അന്യ ജനത്തിലു മന്യധർമ്മത്തിലും
അന്യായമായി ഭ്രമിച്ചിടാതെ,
സന്യാസശീലരാമപ്പണ്ടുള്ളോരുടെ
ധന്യസ്മരണ നിന്നുള്ളിൽ നിന്നാൽ
അമ്മ തന്നോമന ക്കൊച്ചുമിടുക്കനു
നന്മയല്ലാതെ കണ്ടില്ലയല്ലോ.
കുഞ്ഞിക്കുരുന്നു കരങ്ങൾ കുടഞ്ഞിളം
മഞ്ജുള പ്പുഞ്ചിരി തൂകും നിന്നെ
മാറിലണച്ചു പുണർന്നു പുണർന്നുഞാൻ
നീറുമെന്നുള്ളം കുളിർപ്പിയ്ക്കട്ടെ
ഇമ്മലർ പ്പേലവപ്പാടല ച്ചുണ്ടിനാ-
ലമ്മയ്ക്കൊരായിര മുമ്മ നൽകു.
നിർമ്മല വായ്മലർ ത്തേനിലാറാടിയെൻ
ജന്മസാഫല്യം വരുത്തട്ടെ ഞാൻ.

സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങളുടെയും ആത്മവിശ്വാസത്തിന്റേയും നിഷ്ക്കാമകർമ്മത്തിന്റേയും ഗാർഹസ്ഥ്യ സന്യാസാശ്രമങ്ങളുടേയും എല്ലാ ഭാവങ്ങളും ഉൾക്കൊണ്ട ഈ കവിത എന്നും ഞങ്ങൾക്കു പാടിത്തരാറുള്ള അമ്മയേയും ഇതു രചിച്ച (ഒരിക്കലും ഒരുകുഞ്ഞിന്റെ അഛ

നായില്ല, എങ്കിലും ഞങ്ങളുടെ എല്ലാവരുടേയും വളർത്തഛനും ഗുരുവും ഒരമ്മയുടെ മനസ്സുള്ള പുരുഷനുമായ) അമ്മാമനേയും ഓർത്തുകൊണ്ട് എല്ലാ അമ്മമാർക്കും, എല്ലാ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കുമായി ഈ പുസ്തകത്തിൽ ചേർക്കുന്നു. സ്കൂളിലെ പാഠ പുസ്തകത്തിൽ ഒരു വിദ്യാഭ്യാസമന്ത്രി തന്നെപറഞ്ഞിട്ടും ചേർക്കപ്പെടാത്തതാണിത്. വിദ്യ സ്ക്കൂളിലെ പാഠപുസ്തകത്തിൽ നിന്നുമാത്രമല്ല, വീട്ടിൽനിന്ന്, അമ്മ, എന്ന ആദ്യഗുരുവിൽ നിന്ന് ആരംഭിക്കുന്നു എന്ന് പറയുന്ന ശബ്ദശാസ്ത്രത്തിന്റെ അനുഭവ പാഠമാണ് എനിയ്ക്കീ കവിത. എല്ലാവർക്കും അതങ്ങനെയാവട്ടെ എന്നാണ് പ്രാർത്ഥന.

റിസർച്ച്

അനേക സഹസ്രാബ്ദങ്ങളിലെ അനുഭവങ്ങളുടെ വെളിച്ചമാണ് ശാസ്ത്രം. തലമുറകളായി അതിനെ പരീക്ഷിച്ചാണ് ഒരു ജനത ധർമ്മശാസ്ത്രം ക്രോഡീകരിക്കുന്നത്. സംഗീതം, വൈദ്യം, ജ്യോതിഷം, യോഗശാസ്ത്രം, സാംഖ്യം, വൈശേഷികം, മീമാംസ എന്നിവയെല്ലാം അങ്ങനെയാണ് ഇന്ത്യയിൽ ഉണ്ടായി വന്നത്. പാലിയോലിത്തിക്ക് കാലത്തെ മനുഷ്യൻ മുതൽ ഇന്നത്തെ മനുഷ്യൻ വരെ അതിൽ പരീക്ഷണം നടത്തി അനുഭവത്തിലൂടെ തെളിയിച്ചിട്ടുണ്ട്. എന്നാൽ, 400 വർഷമായി മാത്രം പാശ്ചാത്യരാജ്യത്ത് ഉണ്ടായിവന്ന ശാസ്ത്രങ്ങളുടെ റിസർച്ച് മാർഗ്ഗങ്ങളിലൂടെ അവ തെളിയിച്ചാലല്ലാതെ ഇനിയത്തെകാലത്തെ തലമുറയ്ക്ക് അതിൽ അനുഭവമോ വിശ്വാസമോവരില്ല. 21-ാം നൂറ്റാണ്ടിലെ റിസർച്ച്മെത്തേഡുകൾ ഉപയോഗിച്ച് ആസ്പത്രികളിലൂടെയുള്ള ഡാറ്റ ശേഖരണം കൊണ്ടേ ഇത് സാധിയ്ക്കുകയുള്ളു. രാഗചികിൽസയിൽ ഈ

ഒരൊറ്റ ആവശ്യത്തിനാണ് അലോപ്പതിമെഡിസിനിൽ ഇന്നുപയോഗിക്കുന്ന ടെക്നോളജികൾ വെച്ച ഡാറ്റ ഉപയോഗിക്കേണ്ടത്. ആയുർവ്വേദ, രാഗ, യോഗ ചികിത്സകൾ ഭാരതത്തിന്റേയും, ഡാറ്റ ശേഖരണത്തിനും സ്റ്റാറ്റിറ്റിക്സിനും ഉപയോഗിക്കുന്ന ടെക്നോളജിയും ഗവേഷണ നിയമങ്ങളും മാത്രം പാശ്ചാത്യശാസ്ത്രത്തിന്റേയും എന്നായാലേ നമ്മുടെ തനിമകൾ നിലനിർത്തിക്കൊണ്ട്, ആധുനിക ശാസ്ത്രത്തിന്റെ മികച്ച വശങ്ങൾ സമന്വയിയ്ക്കാനാവൂ- ഇങ്ങനെ ചെയ്താലേ ജനങ്ങൾക്ക് ഉപകാരമുണ്ടാവൂ.

പാശ്ചാത്യരാജ്യങ്ങളിലെ സംഗീതമോ, ഫ്യൂഷൻ സംഗീതമോ, അവരുടെ ക്ലാസിക്കുകളോ, മെറ്റാലിക്ക് ഉപകരണസംഗീതമോ ഇറക്കുമതി ചെയ്യുന്ന സ്ഥാപനങ്ങളായി ഇവിടത്തെ ആസ്പത്രികളും ക്ലിനിക്കുകളും മാറിയാൽ അത് വളരെയേറെ ദോഷം ചെയ്യും. അതുപോലെ ദോഷംചെയ്യും, ഇന്നരാഗം ഇന്ന രോഗത്തിന് എന്ന് അന്ധമായി ഒരു റിസർച്ചും കൂടാതെ, വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽ പണ്ടും ഇന്നും ഈ വിഷയത്തിൽ നടന്നിട്ടുള്ള സൈദ്ധാന്തിക ചർച്ചകളുടെ പരിചയം കൂടാതെ സംഗീതജ്ഞൻ വെറുതെ പറഞ്ഞുംകൊണ്ടിരിയ്ക്കുന്നതും, അവരവരുടെ കാസറ്റ് വിൽക്കാൻ വേണ്ടി മാത്രം മ്യൂസിക് തെറാപ്പിയുടെ പേരിൽ ചില കമേഴ്സ്യൽ സംരംഭങ്ങൾ നടത്തുന്നതും ഇങ്ങനെ ഇരുതലമൂർച്ചയുള്ള ഒരു വാളായിട്ട് സംഗീതം ഉപയോഗിക്കപ്പെടരുത് എന്ന സദുദ്ദേശം വെച്ചാണ് രണ്ടിന്റേയും നല്ല വശങ്ങൾ എടുത്ത് സൈദ്ധാന്തികവും പ്രായോഗികവുമായ രാഗചികിത്സാപദ്ധതി ഞാൻ ആവിഷ്ക്കരിക്കാൻ ഇടയായത്.

ആസ്പത്രികളിലാവുമ്പോൾ സ്റ്റാറ്റിറ്റിക്സിന് ആവശ്യമായത്ര ഡാറ്റ ശേഖരിയ്ക്കാൻ എളുപ്പമുണ്ട് എന്നതു മാത്രമാണ്

റിസർച്ച് വിദ്യാർത്ഥികൾ ഗ്രഹിക്കേണ്ടത്. അമ്മമാരും മറ്റും മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് സംഗീതം സ്വന്തം കുട്ടിയ്ക്ക് കൊടുക്കാൻ ആസ്പത്രികളുടെ ആവശ്യമില്ല, നമ്മുടെ സ്നേഹവാത്സല്യങ്ങൾ മാത്രം മതി എന്നാണ്. ഡോക്ടർമാർ മനസ്സിലാക്കേണ്ടത് തങ്ങളുടെ അടുത്തുവരുന്ന ആവശ്യക്കാർക്ക് കൂടുതൽ സ്നേഹവും പരിചരണവും സുഖവും നൽകുന്നതോടൊപ്പം ഈ റിസർച്ച് ഡാറ്റ ശേഖരണം, അനാലിസിസ്, ഗവേഷണം കൊണ്ട് തങ്ങൾ വീടിനും നാടിനും കൂടി സേവനം ചെയ്യുന്നുണ്ട്. എന്നതാണ്. അത് നമ്മുക്ക് കുറച്ചു കൂടി ആത്മസംതൃപ്തി നൽകുന്നുണ്ട്. എന്നതാണ് ഇതിൽ പങ്കെടുക്കുന്ന സംഗീതജ്ഞരും സംഗീതവിദ്യാർത്ഥികളും ഏറ്റവും നല്ല സംഗീതം ഏറ്റവും ഫലപ്രദമായ രീതിയിൽ പാടാനുള്ള ടെക്നിക് മനസ്സിലാക്കുകയും, ശ്രോതാക്കളുടെ feedback കൃത്യമായി അപ്പപ്പോൾ ഒരു ചെറിയ notbook/diary / യിൽ കുറിച്ചു വെക്കുകയും ചെയതാൽ അത് പിൽക്കാലത്ത് ഒരു ഡാറ്റ അനാലിസിസിന് സഹായിക്കും. ഡാറ്റ ശേഖരണം സത്യസന്ധമാവണം എന്ന് പ്രത്യേകം പറയേണ്ടതില്ല. ഗവേഷണത്തിൽ ലോബ്ബികൾ അനുവദിക്കപ്പെടുന്നില്ല. സത്യമാണെന്ന് തെളിയിക്കുന്ന പരീക്ഷണങ്ങളാണ് അവിടെ നടക്കുന്നത്. പ്രാക്ടീസ് ചെയ്യുന്ന ഒരു ക്ലീനിഷ്യന് തന്റെ clients(ഗർഭിണിയെ രോഗി എന്ന് വിളിക്കാവതല്ല. അതിനാൽ patient നു പകരം clientഎന്നു പറയുന്നു) സംഗീതത്തിന്റെ ഗന്ധമില്ലാത്തവർ മുതൽ പ്രസിദ്ധരായ സംഗീതജ്ഞർവരെ ഉണ്ടാവാം. ഈ അമ്മമാരോടെല്ലാം ഒരേ ഗാനം, ഒരേരാഗം കേൾക്കാനും പാടാനും പറയുന്നതിലെ യുക്തിരാഹിത്യം ഓർക്കാതെയാണ് അമ്മമാർ കുട്ടികൾക്ക് എന്ത് പാടിക്കൊടുക്കണം, ഗർഭിണികൾ ഏതുരാഗം കേൾക്കണം എന്ന ചോദ്യം. സംഗീതജ്ഞർ ഉടനെ പറയും നീലാംബരി എന്ന്.

നീലാംബരിയിലല്ലാത്ത താരാട്ടുപാട്ടുകളും അമ്മയ്ക്കും കുട്ടിയ്ക്കും യോജിയ്ക്കുമെന്നാണ് അനുഭവം നീലാംബരിയും ഉപയോഗിക്കാമെന്നല്ലാതെ നീലാംബരി എന്ന ഒറ്റ മൂലികയേപാടൂ എന്ന് ശഠിക്കാവതല്ല. കവിതകൾ, താളമുള്ള മാതൃഭാഷയിൽ പണ്ടേ പതിഞ്ഞു കിടക്കുന്ന ആർക്കെയ്ക്ക് സ്മൃതി ഗാനങ്ങൾ(ഒന്നേ ഒന്നേ പോ, ചാഞ്ചാടുണ്ണി ചെരിഞ്ഞാട് etc) എന്നിവ പോലും ഗർഭസ്ഥശിശു ശ്രദ്ധിയ്ക്കും, നവജാതശിശുക്കളും ശ്രദ്ധിയ്ക്കും. കുട്ടികളുടെ നഴ്സറി റൈമുകളിൽ അത്തരം താളമുള്ള കവിതകൾ ഉൾപ്പെടുത്തുന്നത് നന്ന്.

1. ആരോമൽ ച്ചേകവരങ്കം പിടിച്ചിട്ടും
   അരമുഴം നീങ്ങീല്ലാ പുൽച്ചേരി
2. ഒന്നേ ഒന്നേ പോ
   ഓമനയായിവളർന്നാനുണ്ണി
3. ചാഞ്ചാടുണ്ണി ചെരിഞ്ഞാട്
4. തപ്പോ തപ്പോ തപ്പാണി
5. അക്കുത്തിക്കുത്താന പെരുംകുത്ത്

ഇങ്ങനെ കുട്ടികൾ ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന താളം, ഈണം, അനുപ്രാസം, പൂർവ്വീകസ്മൃതി ചേർന്ന പഴം പാട്ടുകൾ മാതൃഭാഷയിൽത്തന്നെ ധാരാളമുണ്ട്. നന്നെ ചെറിയ കുട്ടികൾക്ക് അതൊക്കെ ഇഷ്ടപ്പെടും അമ്മമാർക്ക് പാടിക്കൊടുക്കാൻ എളുപ്പവുമാവും.

ഇന്നത്തെ അമ്മമാർക്ക് (സംഗീതം പഠിക്കാത്തവർക്കുപോലും) ഉപയോഗിയ്ക്കാവുന്ന പ്രസിദ്ധമായ അനേകം താരാട്ടുപാട്ടുകൾ, മെലഡി ഉള്ള നല്ല soft romantic പാട്ടുകൾ, ഭക്തിഗാനങ്ങൾ, ലളിതഗാനങ്ങൾ, സെമിക്ലാസിക്കലുകൾ സിനിമാ/ലളിതഗാന/ ഭക്തി ശാഖകളിൽ കിട്ടാനുണ്ട്. അതിലേതു വേണമെങ്കിൽ അമ്മമാർക്കു

തന്നെ കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കു പാടിക്കൊടുക്കാം. കുഞ്ഞിന്റെ ശ്രവണ, മനനശേഷികൾക്ക് അമ്മയുടെ മാത്രം ശബ്ദം തന്നെ പലപ്പോഴും മതിയാവും. ഈ ശേഷിവരാൻ അനേക ശബ്ദങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിനെ confuse ചെയ്യാതിരിയ്ക്കയാണ് നല്ലത്. പല രുടേയും പലവിധം ശബ്ദങ്ങളേക്കാൾ അമ്മയുടെയും ഏതെങ്കിലും ഒരു ഗായകന്റെയും (അത് The best available trained musician ആവാനും കൂടി ശ്രദ്ധിക്കുക) ശബ്ദം മാത്രം മതിയാവും ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിന്, അമ്മ ആ ഗാനം ശ്രവിച്ച് ഉണരുന്നതും ഉറങ്ങുന്നതും അമ്മയുടേയും കുഞ്ഞിന്റേയും ആരോഗ്യത്തിന് നല്ലതാണ്. ഒട്ടും പാടാനറിയാത്ത അമ്മമാരും കുഞ്ഞുങ്ങളോട് സ്നേഹമായി സംസാ രിയ്ക്കയും, നല്ലവണ്ണം അഭ്യസിച്ച ഗായക/ഗായികയുടെ മധുരശ ബ്ദത്തിലുള്ള സംഗീതം കേൾക്കുകയും കുഞ്ഞിനെ കേൾപ്പിക്കയും ചെയ്യണം. client ഒരു ട്രെയിൻഡ് മ്യൂസിഷ്യനാണെങ്കിൽ മ്യൂസിക്ക് തെറാപ്പിസ്റ്റ് താൻ മറ്റുള്ളവർക്കു കൊടുക്കുന്ന അതേ ഗാനമോ രാഗമോ കൊടുത്താൽ പോര. അപ്പോഴാണ് സംഗീതത്തിന്റെ ഏറ്റവും ബേസിക്ക് അടിത്തറയെ സ്പർശിക്കുന്ന മേളകർത്താരാ ഗങ്ങൾ, ദുർല്ലഭങ്ങളായ രാഗങ്ങൾ ഇവയുടെ അറിവ് സഹായത്തി നുവരിക. MLP യിൽ ഇത്തരം കാര്യങ്ങൾ suggestive ആയി എടു ത്തിടണമെങ്കിൽ തെറാപ്പിസ്റ്റിന് അതിൽ basic അറിവുവേണം. അതാ യത് സംഗീതമേ അറിയാത്ത ഒരു വ്യക്തി മുതൽ വിദഗ്ധരായ സംഗീതജ്ഞർ വരെ ഉള്ള ഒരു വലിയ റേഞ്ചുള്ള സമൂഹത്തെ (clients ആയി) മുന്നിൽ കണ്ടു കൊണ്ടാണ് മ്യൂസിക്ക് തെറാപ്പി സ്റ്റിന്റെ പഠനവും, ചികിത്സയും, പ്രവർത്തനവും, പുസ്തകം, പ്രഭാ ഷണം മുതലായവയിലൂടെ സംവേദനവും. സാത്വിക, രാജസ, താമസ

ഗുണങ്ങളുടെ ഏറ്റക്കുറച്ചിലിനാലും, വ്യത്യസ്ത പരിസ്ഥിതിക ളാലും അനേകവിധം മനുഷ്യരുണ്ടെന്നും, അവർക്കെല്ലാം ഉപയോ ഗമാകുന്നതാവണം രാഗചികിത്സ എന്നു വിചാരിക്കുന്നവരും എല്ലാ സ്വരങ്ങളും ഉപയോഗിക്കുന്ന സമ്പൂർണ്ണരാഗങ്ങളുടെ ഉപയോഗം അറിഞ്ഞിരിക്കണം (ശരീരത്തിലെ ചക്രങ്ങളും മേളകർത്താരാഗങ്ങ ളുമായുള്ള ബന്ധം Ref 1,4,6 ൽ നിന്ന് മനസ്സിലാക്കുക)

അമ്മമാർ ഉറങ്ങും മുമ്പ് മനുഷ്യന്റെ ഹൃദയതാളത്തിൽ ചിട്ട പ്പെടുത്തിയ സംഗീതം 30 മിനുട്ടെങ്കിലും കേട്ടാൽ 2 ആഴ്ചകൊ ണ്ടുതന്നെ അവരുടെ Stress, anxiety, depression എന്നിവ കുറയും. അത് അവർക്കും കുഞ്ഞിനും നല്ലതാണ്. എന്തു മ്യൂസിക് കേൾക്ക ണം, എന്തുകേട്ടാലാണ് അമ്മയുടെ stress കുറയുന്നത്, Bp കുറയു ന്നത് എന്നൊക്കെ ഓരോ അമ്മയുടേയും MLP, സംഗീതാഭിരുചി, വളർന്ന ചുറ്റുപാട്, സംഗീതാഭ്യാസനം എന്നിങ്ങനെ പല കാര്യ ങ്ങളാൽ നിർണ്ണയിക്കപ്പെടുന്നതിനാൽ ഇത് ഓരോ മ്യൂസിക്ക് തെറാ പ്പിസ്റ്റും അമ്മയും കൂടിയുള്ള Informal സംഭാഷണം, Questionnaire എന്നിവയിലൂടെ തീരുമാനിയ്ക്കേണ്ടതാണ്. ഇങ്ങനെ തീരുമാനിച്ച ശേഷം നമുക്ക് ഓരോ അമ്മയോടും ഇന്നയിന്ന CD / രാഗം/ സംഗീതം (കേൾക്കാൻ പറഞ്ഞുകൊണ്ട്) കൊടുക്കാം. ആസ്പത്രി യിൽ വരുന്ന എല്ലാ അമ്മമാർക്കും അവരവരുടെ അഭിരുചി നിർണ്ണ യിച്ച് ഏതു സംഗീതം/ ഏതു ഇ കേൾക്കാൻ കൊടുത്തു എന്നതും അവരുടെ Stress scale,anxiety scale, depression scale (Std Scales എല്ലാ വർക്കും) എന്നിവയും മറ്റു parameter ഉം തെറാപ്പിസ്റ്റ് കൃത്യമായി രേഖപ്പെടുത്തി വെയ്ക്കണം (കമ്പ്യൂട്ടറിലോ റജിസ്റ്ററിലോ) എന്നും ചുരുങ്ങിയത് 30 മിനിട്ടെങ്കിലും ഉറങ്ങുമ്പോഴും ഉണരുമ്പോഴും 2 ആഴ്ച കേട്ടിട്ട് അവരോട് 2 ആഴ്ചക്കുശേഷം തിരിച്ച് വരാൻ പറ

യുക. ഓരോ അമ്മയോടും ഒരു ഡയറിയിൽ ഏതു CD / ഏതു പാട്ട് കേട്ടു? അപ്പോൾ വീട്ടുജോലി ചെയ്യുകയായിരുന്നുവോ? ഉറങ്ങാൻകിടക്കുകയായിരുന്നുവോ? അത് കേട്ടപ്പോൾ എന്തനുഭവം തോന്നി? മുതലായവ രേഖപ്പെടുത്താൻ പറയണം. pretest & Posttest scales താരതമ്യപ്പെടുത്തണം. ഇങ്ങനെ രേഖപ്പെടുത്തുന്ന clients ന്റെ Age group, Socio economic status, സംഗീതപരിചയം, വിദ്യാഭ്യാസയോഗ്യത. MLP, സന്തോഷകരമായ ദാമ്പത്യമാണോ എന്നിവയെല്ലാം ഓരോരോ parameter ആയി എടുക്കാം. ഇവവെച്ച് final analysis നമുക്ക് age/ status/ music education controlled ആയ വ്യത്യസ്ത അമ്മമാരുടെ ഇഷ്ടം, അനുഭവം എന്നിവയുടെ data ലഭിക്കും. ആ അമ്മമാർ പ്രസവിക്കുമ്പോൾ സംഗീതം കൊടുക്കാത്ത control group മായി അവരെ താരതമ്യപ്പെടുത്താനാവും. ഇതൊക്കെയാണ് ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ ഡാറ്റ കലക്ഷൻ രീതികൾ. ഇവയുടെ സ്റ്റാറ്റിറ്റിക്കൽ അനാലിസിസ് പല സ്ഥാപനങ്ങളിൽ നിന്നുകിട്ടുന്നത് വെച്ച്, താരതമ്യപഠനം കൊണ്ട് (മെറ്റാ അനാലിസിസ്) വളരെവ്യക്തമായ രൂപരേഖകൾ കിട്ടും. ഇതൊന്നും ചെയ്യാതെ വെറുതെ ദന്തഗോപുരങ്ങളിലിരുന്ന് ഓരോ അഭിപ്രായം പറയുന്ന രീതി ശാസ്ത്രമല്ല. തായ്വാൻ മെഡിക്കൽ യൂണിവേഴ്സിറ്റിയിൽ പ്രൊ. ചുങ് ഹെയ്ചെൻ നടത്തിയ റിസർച്ചിൽ അമ്മമാർ (30 വയസ്സ്- 18-34 ആഴ്ച ഗർഭം) താരാട്ടുപാട്ടുകൾ, ക്ലാസിക്കൽ CD (ബീതോവൻ style), പ്രകൃതി ശബ്ദങ്ങൾ, നഴ്സറിപ്പാട്ടുകൾ എന്നിങ്ങനെയുള്ള ക്രമത്തിലാണ് ഇഷ്ടം പ്രകടിപ്പിച്ചത്. ഇന്ത്യയിലെ അമ്മമാരും ഏതാണ്ട് ഇതേ ക്രമമാണ്.. താരാട്ട്, സെമിക്ലാസിക്കൽ-ക്ലാസിക്കൽ സിനിമാലളിത, ഭക്തിഗാനങ്ങൾ, പ്രകൃതിശബ്ദങ്ങൾ, നഴ്സറിപ്പാട്ട് എന്നിങ്ങനെയാണ് ശരാശരി ഇന്ത്യൻ സ്ത്രീകളുടെ

(ഗർഭിണി) ഇഷ്ടം. നഴ്സറിപ്പാട്ടുകൾ ഗർഭാവസ്ഥയേക്കാൾ കുഞ്ഞ് വളരുന്ന കാലത്താണ് കുഞ്ഞിനും അമ്മയ്ക്കും ഇഷ്ടവും അനുയോജ്യവും. അത് പ്രകൃതിയുടെ തെരഞ്ഞെടുപ്പ് (natural selection) മാത്രമല്ല, പാത്രമറിഞ്ഞ് വരദാനവുമാണ്. ഏതു കാലത്ത് ഏതു വേണമെന്ന് നമ്മെക്കൊണ്ട് നമ്മുടെ പ്രകൃതിയാണ് തീരുമാനിപ്പിക്കുന്നത്. ഗർഭത്തിന്റെ ആദ്യമൂന്നുമാസങ്ങളിൽ (1st trimester) സ്തീകൾക്ക് പ്രത്യേകിച്ചും ആദ്യഗർഭമെങ്കിൽ stress, anxiety, depression എന്നിവ ഉണ്ടാവുന്നത് കാണാം. ഇത് നാം stress hormone എന്ന് വിളിക്കുന്ന cortisol കൂടിയിട്ടാണ്. നല്ലതാരാട്ടുകൾ, നല്ല രാഗങ്ങൾ, റൊമാന്റിക് / ഭക്തി സംഗീതം മൃദുല ശബ്ദത്തിൽ, സ്നേഹമസൃണമായി ഒരാൾ പാടുന്നതു കേട്ടാൽ അമ്മയുടെ stress, anxiety, depression കുറയുന്നത് cortisol കുറച്ചിട്ടാണ്. അങ്ങനെ, കുഞ്ഞിനെയും അത് സംരക്ഷിക്കുന്നു. അമ്മയുടെ stress കുഞ്ഞിനും stress ആണ്. ഒന്നാം ട്രൈമസ്റ്ററിലെ ഗർഭമലസൽ അമ്മയുടെ ശരീരത്തിലെ cortisol കുറയ്ക്കുകവഴി സംഗീതത്തിന് തടയാൻ സാധിച്ച റിപ്പോർട്ടുകളുണ്ട്. കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയതാളം (foetal heartrate) ക്രമീകരിക്കാനും സംഗീതത്തിനു സാധിയ്ക്കും.

അമ്മയുടെ പാട്ട് കൂടാതെ കൊടുക്കുന്ന ആ രണ്ടാമത്തെ ശബ്ദം ഗർഭസ്ഥ ശിശുവിന് ആരുടേതാവണം? ഒരു ഡോക്ടറെ സംബന്ധിച്ചിടത്തോളം വലിയ range ഉള്ള ഒരു സമൂഹത്തിലെ വ്യത്യസ്തരായ clients ന് എല്ലാം യോജിക്കുന്ന അത്തരമൊരു ശബ്ദവും, അത്തരം റേഞ്ചുള്ള സംഗീതവും സംഗീതചികിത്സക്ക് വളരെ ആവശ്യമാണ്. അത് പാശ്ചാത്യ വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിന്റെ സങ്കേതങ്ങൾ വെച്ച് തെളിയിക്കുന്ന ഒരു പ്രൊജക്ട് ചെയ്ത് തെളിയിക്കേണ്ട ചുമതല എനിയ്ക്കുണ്ടായിരുന്നു. അതു ചെയ്ത ശേഷമാണ് ഞാൻ, അനേ

കവർഷമായി അനുഭവപാഠവും മനനവും വെച്ച് മനസ്സിലാക്കിയ സംഗീതശാസ്ത്രപരമായ കാര്യങ്ങളും അവയ്ക്ക് രാഗചികിത്സയിലുള്ള പ്രാധാന്യവും (പറയാൻ, എഴുതാൻ) സംവദിക്കാൻ തുടങ്ങിയത്. സബ്ജക്ടീവിനെ ഒബ്ജക്ടീവാക്കാൻ ഗവേഷണം, ഡാറ്റ, തെളിവ് കൂടിയേ തീരൂ എന്നതിനാലാണ് അത്.

CAM എന്നുവിളിക്കുന്ന നമ്മുടെ ശാസ്ത്രശാഖകൾക്ക് ഇല്ലാത്തത് ഈ റിസർച്ച് മെത്തേഡുകളിലെ, വിശ്വാസമാണ്. അത് കൃത്യമായി ചെയ്യുന്നപക്ഷം ആയുർവ്വേദം, രാഗചികിത്സ, യോഗം മുതലായവയെ കൂടുതൽ ശാസ്ത്രീയമായി ആധുനിക ശാസ്ത്ര സമൂഹത്തിന്റേയും പൊതുജനങ്ങളുടേയും മുമ്പിൽ അവതരിപ്പിക്കാനാവും സത്യസന്ധവും ആത്മാർത്ഥവുമായി ഒത്തൊരുമിച്ച് പൌരാണികവും ആധുനികവുമായ ശാസ്ത്ര സമ്പ്രദായങ്ങൾ ഒന്നിച്ചു പ്രവർത്തിക്കുന്ന ഒരു മഹാ അദ്വൈതത്തിന്റെ പ്രകാശം വരും തലമുറകളെ സംരക്ഷിക്കട്ടെ എന്നാണ് എന്റെ പ്രാർത്ഥന.

നവവിധഭക്തി

ശ്രവണം കീർത്തനം വിഷ്ണോർസ്മരണം പാദസേവനം
അർച്ചനം വന്ദനം ദാസ്യം സഖ്യമാത്മനിവേദനം.

നമുക്ക് ഒരാളിലോ ഒരു വിഷയത്തിലോ അനുരാഗം (ഭക്തി) ജനിക്കുന്നത് ഈ ഒമ്പതു വിധമാണ്. ഇതിൽ ആദ്യത്തേത് ശ്രവണം, അഥവാ ശ്രുതിയാണ്. രണ്ടാമത്തേത് ശ്രവണത്തിന്റെ അർദ്ധനാരീശ്വരനെന്നു പറയാവുന്ന, പരസ്പരപൂരകമായ കീർത്തനം, മൂന്നാമത്തേത് പറഞ്ഞതും കേട്ടതും അനുഭവിച്ചതുമായ കാര്യങ്ങളുടെ നിത്യസ്മരണം- ഈ മൂന്നു പ്രധാനകാര്യങ്ങളാണ് അമ്മ

യുടെ ഉദരത്തിനകത്തിരുന്ന് ഒരു മനുഷ്യശിശു പഠിക്കുന്നത്. നവജാതശിശു ഈ കാര്യങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച് സംസാരിക്കയും, പാടുകയും, സംവദിക്കയും, പ്രപഞ്ചത്തെ നോക്കിക്കാണുകയും അനുഭവിച്ചറിയുകയും ചെയ്യുന്നു. ഇത് 5 വയസ്സുവരെ തുടരുന്നു. ഇക്കാലമത്രയും ആദ്യം അമ്മയും പിന്നെ മാതാപിതാക്കളും മറ്റുമുതിർന്ന കുടുംബാംഗങ്ങളുമാണ് കുഞ്ഞിന്റെ ഗുരു. ശ്രവണം, കീർത്തനം, സ്മരണം എന്നീ പ്രധാന പഠനോപകരണങ്ങൾ 5 വയസ്സുവരെ കുഞ്ഞിനുകൊടുക്കുന്നവരാകയാലാണ് മാതാപിതാഗുരുദൈവം എന്നതിൽ ആദ്യത്തെ രണ്ടുപേർ അമ്മയുമച്ഛനുമാകുന്നത്. മൂന്നാമതാണ് ഗുരു. പാദസേവനം, അർച്ചനം, വന്ദനം, ദാസ്യം, സഖ്യം, ആത്മനിവേദനം എന്നിവ ഗുരുകുലത്തിൽ വെച്ചാണ് കുട്ടി പഠിക്കുന്നത്. സംഗീത ഗുരുകുലങ്ങളിൽ ഈ ജീവിതരീതിയാണ് ശിഷ്യരും ഭാഗവതരും പിൻതുടർന്നിരുന്നത്. മുതിർന്നവരെ ആദരിക്കാനും സ്നേഹിക്കാനും സേവിക്കാനും, പൂജിക്കാനും, സഖീഭാവത്തിനും പൂർണ്ണമായ ആത്മനിവേദനത്തിനും സമൂഹജീവിതത്തിൽ ധർമ്മവും മര്യാദയും വിനയവും പാലിയ്ക്കാനും ഇത് സഹായിക്കുന്നു. ജ്ഞാനവും മര്യാദയും വിനയവും ചേർന്ന ഈ ജീവിതരീതിയുടെ പേരാണ് ഭക്തി എന്നത്. സംഗീതം ഭക്തിയാണ്. ഭക്തിയില്ലാത്ത സംഗീതത്തിൽ സ്നേഹവുമില്ല, സാന്ത്വനവുമില്ല, ജീവനുമില്ല, ആകർഷണവുമില്ല. ഭക്തി ഈശ്വരനോടാവാം, ഒരു കലയോടോ ശാസ്ത്രത്തോടോ ആവാം, ഗുരുവിനോടാവാം, ഒരു വ്യക്തിയോടാവാം- ഭക്തി എന്നാൽ ആത്മനിവേദനമാണ്, അഹൈതുകീ എന്നു വിളിക്കുന്ന പ്രേമമാണ്. ഏറ്റവും നല്ല സംഗീതജ്ഞനിൽ ഈ ഭാവം പ്രകടമായി കാണാം. പ്രേമഭക്തിഭാവമില്ലാത്ത ഒരു സംഗീതജ്ഞനും രസികരെ ആകർഷിക്കയില്ല. പ്രാർത്ഥന, നാമജപം,

ഭക്തിസംഗീതം മുതലായവ ഗർഭകാലം മുതലേ കുട്ടികളുടെ സാത്വികമായ ചേതനയെ തൊട്ടുണർത്തും. വളരെ യാന്ത്രികമായി പ്രാർത്ഥിക്കുന്നതും പാടുന്നതും സാത്വികതയെ പ്രചോദിപ്പിയ്ക്കയില്ല. ഭക്തിസാന്ദ്രമായി വൈകാരികതയുടെ പാരമ്യത്തിൽ നമ്മെ എത്തിയ്ക്കുന്നതാവണം സംഗീതജ്ഞന്റെ ഭാവരസ, ശബ്ദാദികളും, രാഗവും, സാഹിത്യവും. പരമ്പരാഗത കീർത്തനങ്ങൾ അങ്ങനെ ഒരു നല്ല സംഗീതജ്ഞൻ പാടുന്നതു കേട്ട് കുട്ടികൾ പഠിയ്ക്കുന്നത് നന്നായിരിയ്ക്കും.

1. അമ്മമാർക്ക് ഇഷ്ടപ്പെടുന്ന പാട്ടുകൾ കൂടി ഉൾപ്പെടുത്തണം. അവർക്ക് മധുരഭാവമുള്ള പാട്ടുകൾ കൂടി വേണം.
2. അതോടൊപ്പം വാത്സല്യം- കുഞ്ഞുങ്ങൾക്കും അമ്മമാർക്കും-
3. ഭക്തിഭാവം.
4. മധുരം, വാത്സല്യം, ഭക്തിഭാവം കലർന്നത്.
5. നല്ല രാഗങ്ങളാവണം- താളം കുട്ടികൾക്കും മുതിർന്നവരായ അമ്മമാർക്കും യോജിക്കണം.
6. സാഹിത്യത്തിൽ ഈ ശ്രദ്ധകളെല്ലാം വേണം
7. വളരെയധികം ഉപകരണങ്ങൾ ഇല്ലാത്തപഴയതും പുതിയതുമായ പാട്ടുകൾ ഉപയോഗിക്കാം
8. ഇതിൽ അമ്മയ്ക്കും ഗർഭസ്ഥശിശുവിനും subjective/ objective ഗുണമല്ലാതെ, മറ്റൊന്നും നോക്കരുത് (രാഗത്തിൽ ശ്രദ്ധ അമ്മ musician എങ്കിൽ മാത്രം മതി) result oriented ആവണം individual variation ഉണ്ടാവും. അതിനാൽ selection ചെറിയ ഒരു ലിസ്റ്റു വെച്ച് സാദ്ധ്യമല്ല എന്നോർക്കണം.
9. മലയാളം കൂടാതെ തമിഴ്, തെലുഗു ഗാനങ്ങൾ, ഹിന്ദി എന്നിവയും ഉൾപ്പെടുത്താം. വളരെ വിപുലവും, ഒട്ടേറെ വ്യക്തിപര

മായ വ്യത്യാസങ്ങളാൽ ഭേദപ്പെടുന്നതുമായ ഒരു മേഖലയാക യാൽ ഒരു രൂപരേഖനൽകാനേ സാധിച്ചിട്ടുള്ളു. ഈ പുസ്തകത്തിന്റെ രചനയ്ക്കായി തന്ന രൂപരേഖയിൽ താഴെപ്പറഞ്ഞ ചോദ്യങ്ങൾ ഉണ്ടായിരുന്നു. (4,5 ചോദ്യങ്ങൾക്ക് 13,14 അദ്ധ്യായങ്ങളിൽ ഉത്തരം പറയാൻ ശ്രമിച്ചിരിക്കുന്നു)

1. ഗർഭകാലത്തു ശ്രവിക്കുവാൻ ഉത്തമമായ സംഗീതം ഏത് ? 2. ഉപകരണസംഗീതമോ വായ്പ്പാട്ടോ ഉത്തമം? 3. ഉപകരണ സംഗീതത്തിൽ ഏതുപകരണം കൂടുതൽ അഭികാമ്യം? 4. പ്രസവശേഷം അമ്മയും കുഞ്ഞും ശ്രവിക്കാവുന്ന സംഗീതം?
5. ഇക്കാലത്തു ശ്രവിക്കാൻ ശുഭകരമായരാഗങ്ങൾ? കീർത്തനങ്ങൾ? ഈ 5 ചോദ്യങ്ങൾക്കുള്ള ഉത്തരമായിട്ടാണ് എന്തുകൊണ്ട് വായ്പാട്ട് കൂടുതൽ നല്ലതാണെന്ന് ഇത്രയും വിശദമാക്കിയതും ഗർഭകാലത്തും പ്രസവശേഷവും അമ്മമാരും കുഞ്ഞുങ്ങളും മധുര, വത്സല, ഭക്തിസാന്ദ്രമായ പാട്ടുകൾ, കുട്ടിപ്പാട്ടുകൾ (കുട്ടി അല്പം വലുതായാൽ അവന്റെ പ്രായക്കാർക്ക് യോജിക്കുന്നവിധം) എന്നിവ കേൾക്കേണ്ടതിന്റെ ആവശ്യകത പറഞ്ഞതും ഇന്ന കീർത്തനം, ഇന്ന രാഗം എന്നതിന് അവിടെ വലിയ പ്രസക്തിയില്ല (ഭാവ മാധുര്യത്തിന് കൂടുതൽ പ്രസക്തി) അഞ്ചുവയസ്സുകഴിഞ്ഞാൽ രാഗങ്ങൾ ശ്രദ്ധിച്ചാൽ മതി- വായ്പാട്ടിനേക്കാൾ ഉപകരണസംഗീതം മികച്ചതല്ല എന്നതിന്റെ കാരണം വിശദമായി ആദ്യാദ്ധ്യായങ്ങൾ ചർച്ചചെയ്തു. മനുഷ്യൻ ഒരുപകരണമല്ല, മനുഷ്യന് മനുഷ്യശബ്ദം കഴിഞ്ഞേ ഉപകരണശബ്ദം ആവശ്യമുള്ളു എന്നത് പ്രധാനകാരണം ഉപകരണത്തിന്റെ ഡെസിബൽ വായ്പാട്ടിന്റെ ഡെസിബലിനേക്കാൾ കൂടുതലാണെന്നത് മറ്റൊരു കാരണം. ഉപകരണങ്ങളിൽ വീണ,

സിത്താർ മുതലായ തന്ത്രീ വാദ്യങ്ങൾ- പ്രത്യേകിച്ചും വീണ- ഓടക്കുഴൽ (സുഷിരവാദ്യം) എന്നിവ വളരെനന്ന്. വായ്പാട്ടോടുകൂടി ഇവയും, വയലിൻ, ഘടം, മൃദംഗം, തംബുരു എന്നിവപക്കവാദ്യമായും ഉപയോഗിക്കുന്ന കച്ചേരി, പരസ്പരം ഇണങ്ങി വായിക്കുന്ന പക്ഷം, മനുഷ്യന് സുഖം കൊടുക്കുന്ന ഒന്നാണ്. കഴിയുമെങ്കിൽ കച്ചേരി കേൾക്കുകയോ. അതിന്റെ ഇഉ കേൾക്കുകയോ ചെയ്യാം (മിക്കപ്പോഴും സാധാരണ ഗർഭിണികൾ അതിനുള്ള ക്ഷമ കാട്ടാറില്ല. അതിനാൽ ഭക്തിസംഗീതം, സെമിക്ലാസിക്കൽ സിനിമാ ഗാനങ്ങൾ കൊടുക്കുന്ന രീതി ഉപകാരപ്രദമാകാറുണ്ട്. ഇത് ഒരു പ്രായോഗിക പദ്ധതിയാണ്)

താഴെ കൊടുക്കുന്നത് ചില രാഗങ്ങളും അവ ഉപയോഗിച്ച സിനിമാ ഗാനങ്ങളുമാണ് (ഈ Information അതിൽ താല്പര്യമുള്ള അമ്മമാർക്കു വേണ്ടിയാണ്).

1. മോഹനം (എല്ലാവർക്കും ഇഷ്ടമാവുന്ന രാഗമാണ്)

വരവീണാമൃദുപാണീ
സ്വാഗതം കൃഷ്ണാ
ജയജയ സ്വാമിൻ
കാപാലീ
ദയരാനീ
ചെറിയ യശോദയ്ക്കു ശിശുവു
രാമ നിന്നു നമ്മിനി
മോഹന രാമാ
ഭവനുത
കലൈ മേവു (അറുപടൈതിരുപുകൾ)
കരുണാ കരി ശിവകാമി

നനുപാലിംപ

നാരായണദിവ്യനാമം.

മലയാളം-സംഗീതമേ ജീവിതം, കളിവീടുറങ്ങിയല്ലൊ, മഞ്ഞൾപ്ര സാദവും, പാർവ്വണേന്ദുമുഖീ, അറിവിൻനിലാവേ, നിൻമണിയറ യിലെ, സ്വർഗ്ഗപുത്രി നവരാത്രി, നീലഗിരിയുടെ സഖി, ശ്രുതിമ ണ്ഡലം സപ്തസ്വര, നീയെൻ സർഗ്ഗസൗന്ദര്യ, ദേവലോകരഥവു മായ്, ഉപാസനാ, ചക്കരപ്പന്തലിൽ, മാരിവില്ലിൻ തേൻമലരേ, ഗുരു വായൂരമ്പലനടയിൽ, മാലേയം മാറോടമർന്നു, കടവത്തുതോണി, ആരെയും ഭാവഗായക, ചന്ദനലേപസുഗന്ധം, വേളിക്കുവെളു പ്പാൻകാലം, ഉജ്ജയിനിയിലെ ഗായിക.

തമിഴ്- ഗിരിധര ഗോപാലാ, ഗംഗൈയമുനൈ, മലർകൾനനൈന്ത ന, മോഹന പുന്നകൈ ഏനോ, കണ്ണൻ ഒരു കൈക്കുഴന്തൈ, നിലവും മലരും പാടുത്, നിന്നുംക്കോരീ വർണ്ണം, എന്നൈമുതൽ മുതലാക, കാറ്റുവെളിയിടൈ, കമ്പൻ ഏമാന്താൻ, അമുതും തേനും എതർക്ക്, പഴകതെരിയവേണും, ആഹാഇൻപ നിലാവിനിലേ, മാണി ക്യവീണയേന്തും കലൈവാണി.

ഹിന്ദി- ചന്ദഹേതു മേരാസൂരജ്, സായോനാരാ, ജ്യോതികലശ്, നീലാ ഗഗന് കിഛാവോമെ, പഞ്ചിബനും ഉഡ്തിബരും, ഹേ ഗോവിന്ദ് ഹേ ഗോപാല്

2. കാപി

വഡ്ഡനിനെ

മാമയിലേറിയ

ഉൻ മയക്കത്തുക്കാരണം

ജഗദോദ്ധാരണ

രാമപാഹി മേഘശ്യാമ

ജോ അച്യുതാനന്ദ

മോസം പോകാതെ

മീവല്ല ഗുണദോഷ

ഇന്തസൗഖ്യ

പൂങ്കുയിൽകൂവും

ചരണമുലേ

എന്ന തവം ചെയ്തനേ

മലയാളം- ചന്ദനചർച്ചിത നീലകളേബരം, യദുകുലരതി ദേവനെ വിടെ, മൗനസരോവരമാകെ, അനുരാഗലോലഗാത്രി,വരമഞ്ഞളാടിയ, കണ്ണനെ കണികാണാൻ, വാർതിങ്കളുദിക്കാത്ത വാസന്ത, തുമ്പിവാ തുമ്പക്കുടത്തിൽ

തമിഴ്- കാതൽ റോജാവേ, മധുരൈഅരശാളും മീനാക്ഷി, മലൈ ചായ്ന്തു പോനാൽ

3 ആഭേരി

നഗുമോമുഗലേ

വീണാഭേരി

നിനുവിനാ മരിഗലദ (വേദവല്ലി)

ഭജരേരേ മാനസ ശ്രീരഘുവീരാ

മലയാളം-പത്തുവെളുപ്പിനു, മിണ്ടാത്തതെന്തേ കിളിപ്പെണ്ണേ, ഹൃദയവനിയിലെ ഗായികയോ, പ്രണയമണിത്തൂവൽ, പാതിരാ പുള്ളുണർന്നു, മാനസനിളയിൽ, ആവണിപ്പൊന്നുഞ്ഞാലാടിക്കാം, സ്വരകന്യകമാർ വീണ, പാടാത്ത വൃന്ദാവനം.

തമിഴ്- കണ്ണൻ മനനിലയെ, പൂമാലയിൽ ഓർമല്ലികൈ, സിന്ധുനദിക്കരൈ ഓരം, ശിങ്കാരവേലനേ, കുയിലേ കവിക്കുയിലേ.

4. ഹംസധ്വനി

വാതാപി

കരുണൈക്കടലൈ

നമാമി വിഘ്ന വിനേശ്വര

ജലജാക്ഷ

ഗജ വദനാ ബെഡ്ഡൂവേ

പഗവരി വർണ്ണം

അരുൾ പുരിവായ്

മലയാളം-ശ്രീവിനായകം (ഭരതത്തിൽ), അനുരാഗമെ മധുരമധുരമാം, വാലിട്ടെഴുതിയനീല, ശ്രീപദം വിടർന്ന, മുകിലേ വിണ്ണിലായാലും,രാഗങ്ങളെ മോഹങ്ങളെ, പാടുവാൻ മറന്നുപോയ്, ഉത്രാട പൂനിനിലാവേവാ (ഉത്സവഗാനങ്ങൾ), പുഷ്പാഭരണം വസന്ത.

5. ഹിന്ദോളം

സാമജവരഗമന

മാമവതു സരസ്വതി

മനസുലോനി

ദേവദേവം ഭജെ

മാരമണൻ

ഗോവർദ്ധന

ചന്ദ്രശേഖരം

മലയാളം-ദ്വാദശിയിൽ മണിദീപിക, ഗോവർദ്ധന ഗിരിശം സ്മരാമി, രാജഹംസമേ മഴവിൽ, ചന്ദനമണിവാതിൽ, താരം വാൽക്കണ്ണാടി, രാഗസാഗരമെപ്രിയ, വെൺചന്ദ്രലേഖ, പ്രിയസഖി ഗംഗേ.

തമിഴ്- മാലൈ പൊഴുതിൻ, മഴൈ കൊടുക്കും കൊടൈയും,

ശ്രീദേവി എൻവാഴ്വിൽ, അഴൈക്കാതെ, എന്നൈവിട്ടു ഓടിപ്പോക.

6.മദ്ധ്യമാവതി

ഹരിഹരാസനം

ശരവണഭവഗുഹനേ

സാരസമുഖ സരസിജ

പാതാളം തിരുപ്പാവൈ

പാലിൻസുകാമാക്ഷി

ഉരുവായ് അരുവായ്

നടുപൈ

രാമകഥാസുധ

ശ്രീരാമ ജയരാമ

നഗുമോമു

ദേവശ്രീ

ധർമ്മസംവർദ്ധിനീ

കോസലേന്ദ്ര മാമ വാമിത.

മലയാളം-പേരാറ്റിനക്കരെയക്കരെ, തളിർവലയോ, കസ്തൂരി മണക്കുന്നല്ലൊ, മംഗലം നേരുന്നുഞാൻ, നഗുമോ, ഒറ്റക്കമ്പിനാദം, പൂവേണം പൂപ്പട, ഞാറ്റുവേലക്കിളിയേ, മനസ്സു മനസ്സിന്റെ കാതിൽ.

തമിഴ്-കൺകൾ എങ്കൈ, കുയിലേ കുയിലേകുയിലകാ, ജനാർദ്ദനാ ജഗനാഥാ(മീരയിൽ), ആകായപ്പന്തലിലെ പൊന്നൂഞ്ചൽ.

7. കാംബോജി

ശ്രീ സുബ്രഹ്മണ്യായ

കുത്തുവിളക്കെരിയ

ഗോവിന്ദ ഗാഥയ

കുഴലൂതി

മരിമരിനിന്നെ

പദസാ നദിമുനിജന

എവരിമത

മലയാളം- പ്രേമോദാരനായ്, സാമജ സഞ്ചാരിണി, പാലാഴി കടഞ്ഞെടുത്തൊരഴക്, കാട്ടിലെ പാഴ്മുളം, പ്രാണനാഥനെനിക്കു നൽകിയ, ശക്തിമയം ശിവശക്തിമയം, കനകസിംഹാസനത്തിൽ കയറി, പാർവ്വതീ മനോഹരീ.

തമിഴ്- കൽവിയാ ശെൽവമാ വീരമാ

8. നീലാംബരി

എന്നഗമനസു

ഉയ്യാല ലൂഗവയ്യ

രാമചന്ദ്ര

ഓമനത്തിങ്കൾക്കിടാവോ

മലയാളം-കിലുകിൽപമ്പരം, കല്യാണി കളവാണി, ഹർഷ ബാഷ്പം തൂകി, തിരുവുള്ളക്കാവിലിന്നു.

9. സിന്ധുഭൈരവി

കണ്ണനെകണ്ടായോ

ഭജരേ

സ്മരവാരം വാരം

കല്യാണ ഗോപാലം

ഷണ്മുഖം ഭജ

ഓങ്കി ഉലകളന്ത

ഹരിഭജൻ

കരുണൈ

ജപത ജപത ഹരിനാമം

മലയാളം-പ്രാണസഖീ, രതിസുഖസാരമായ് നീ, പാതിരാവായി നേരം, മറക്കുമൊനീയെന്റെ, ഹരി മുരളീരവം, സ്വർണ്ണ ഗോപുര നർത്തകീ, ഇളവന്നൂർ മഠത്തിലെ, ഉറങ്ങാൻ കിടന്നാൽ ഓമനേ, പാടാം നമുക്കുപാടാം, ആലിലക്കണ്ണാ നിന്റെ, എനിക്കിന്നൊരു നാവു, അമ്പലപ്പുഴയിലെൻ മനസ്സോടി, തലക്കുമേലേ നീലാകാശം.

തമിഴ്- നാനൊരുസിന്ധു, നിലവേമുഖം കാട്ട്, കാറ്റിനിലേവരും, പുതുപെണ്ണിൻ മനതൈതൊട്ട്, ചെമ്പകമേ..

10. ആനന്ദഭൈരവി

കൃഷ്ണകരുണാ

ദീനോവാരാജ്യ

ത്യാഗരാജ യോഗവൈഭവം

മരിവേരെ ഗതി

കമലാം ബാസംരക്ഷതു

ശിങ്കാര വേലൻ വന്താൻ

പാദം പട്ടകുറ

ഓ ജഗദംബ

സാമഗാന പ്രിയേ

തില്ലാന

ഇശയിൽ

ക്ഷീരസാഗര

മലയാളം-ആറാട്ടിനാനകൾ എഴുന്നള്ളി, ശബരിമലയിൽ തങ്ക.

തമിഴ്- പോയ്‌വാ മകളേ പോയ്.

10 ഉദാഹരണങ്ങളാണ് മുകളിൽ കൊടുത്തത്

രാഗമാലികകൾക്ക് ഉദാഹരണം:

1. നളിനകാന്തിമതിം
2. പരിമളരംഗ പതേ
3. ഏൻപള്ളി കൊണ്ടീരയ്യാ
4. ശ്രീ വിശ്വനാഥം ഭജേഹം ചതുർദ്ദശ രാഗമാലിക
5. അഷ്ടദശ രാഗമാലിക – ഊത്തുക്കാട്
6. ഘനരാഗ പഞ്ചകം
7. സിംഹാസനസ്ഥിതേ
8. അഭിരാമി അന്താദി
9. ഭഗവദ്ഗീത
10. ഋഗ്വേദം
11. രാഗത്തിൽ ചിറന്ത
12. ശ്രീചക്ര രാജം
13. വലചിവാചി നവരാഗ മാലികവർണ്ണം
14. 72 മേള കർത്താരാഗമാലിക

സിനിമയിൽനിന്ന് ഉദാഹരണം

അനാദിമദ്ധ്യാന്തമീ വിശ്വ

കേശാദിപാദ

പന്ന ഗേന്ദ്ര ശയന

പാൽ പൊഴിയും മൊഴിപർവ്വത

സുന്ദര സ്വപ്നമെ

നക്ഷത്രദീപങ്ങൾ

രാഗം ശ്രീരാഗം

സന്തതം സുമശരൻ

സമയമിതപൂർവ്വസായാഹ്നം

മനസ്സിലുണരു ഉഷസ്സന്ധ്യയായ്
ആനന്ദനന്ദനെ സന്ദേഹം
(ലിസ്റ്റുകൾ എപ്പോഴും അപൂർണ്ണമാവും അവ വെറും ഉദാഹരണങ്ങൾ മാത്രമാണ്. അവയുടെ പരിമിതി മനസ്സിലാക്കി മനോധർമ്മം ഉപയോഗിച്ച് അമ്മമാർ സ്വന്തം താരാട്ടുകൾ, കുട്ടിപ്പാട്ടുകൾ തെരഞ്ഞെടുക്കുക. improvise ചെയ്യാൻ കുഞ്ഞുങ്ങൾ തന്നെ നിങ്ങളെ സഹായിക്കും)
ഗർഭിണികൾ യൗവ്വനയുക്തരാണ് അവർക്ക് മധുരഭക്തി, വാത്സല്യഭക്തി എന്നിവയാണ് കൂടുതൽ ഇക്കാലത്ത് രുചിക്കുക. അനുയോജ്യവും അതാണ്.

72 മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ

1. മേളകർത്താരാഗമാലിക

മഹാവൈദ്യനാഥൻ ശിവൻ

സംസ്കൃതം

പാടിയത്- സുബ്ബുലക്ഷ്മി

2. കന്തഗാനാമൃതം

കോടീശ്വരയ്യർ കവിമുദ്ര കവികുഞ്ജരദാസ

തമിഴ്

പാടിയത്- രാജം

3. രാഗാംഗ ജാവലി

ബാലമുരളീകൃഷ്ണാ കവിമുദ്ര മുരളി

തെലുഗ്

4. മേളരാഗസിന്ധു

സുവർണ്ണനാലപ്പാട്ട്

മലയാളം

രാഗമുദ്ര+കവിമുദ്ര- സുവർണ്ണ

പാടിയത്- ഭുവനേശ്വരി ഈശ്വരൻ

5. **മുത്തുസ്വാമിദീക്ഷിതർ** (സംസ്കൃതം)

6. **ത്യാഗരാജസ്വാമി** (41 എണ്ണം)

യേശുദാസ് പാടിയലിസ്റ്റ് (നാദലയസിന്ധുവിൽ കാണുക)

വിശുദ്ധി

1. **കനകാംഗി-** ശ്രീഗണനാഥം, കനകാംഗകാംശുകാഗുഹാ, ശ്രീ ശപുത്രായ, ശാരദചന്ദ്ര സർവ്വലോകങ്ങൾക്കും ആധാര കാരിണി.
2. **രത്നാംഗി-** തരുണാംഗികെദയാനിധേ (രാജം) ശ്രീഗുരും , മധുരം.
3. **ഗാനമൂർത്തി-** ഗാനമൂർത്തേ (ലാൽഗുഡി) മാമധുര (രാജം) പാഹിജഗദീശ്വര, മാനസ മധുരസ.
4. **വനസ്പതി-** പരിയാചകമാ, ദാസനേശ ഗുഹേശനെ, ദാസ മാനസ.
5. **മാനവതി-** എവരിതിനേ, നിജഭക്തി, ശ്രീഹനുമാന്തം, മധുരി പുദേവാ.
6. **താനരൂപി-** വാ വേലവാ, ശ്രീരാമം, രാഗവതീ അനുരാഗവതീ.

അനാഹതം

7. **സേനാവതി-** വന്തരുൾ നീതാൻ, ജാലമേല, മന്ത്രവിശുദ്ധം.
8. **ഹനുമത്തോഡി-** യേമിജേസിന, കാർത്തികേയ, ഓങ്കാരപ്പൊ

രുളെ, ദാശരഥേ, തായേയശോദാ, കമലാംബികേ, സ്വാമി ഉനൈ, സ്വരജതി രാവെയ്, സരസിജ, ജതിസ്വരം, ദാക്ഷായണി, ധാതു സുകോവലേന, കലൈവാണികരുണൈ, നനുബ്രോചു ടകുനിന്നെനമ്മി, കദ്ദനു വാരകി, കലിതീരവന്തരുൾ, മഹാഗ ണപതിം വന്ദേ, ത്യാഗരാജഗുരും, ഏറാനാപൈ (വർണ്ണം) മഞ്ജീര മഞ്ജുള.

9. **ധേനുക**-തെലിയലേതു, കരുണൈക്കടലെ, രാവയ്യ രാവയ്യ, കരുണക്കടലെ ശാരദേ.

10. **നാടകപ്രിയ-**ഇതിസമയമുരാ, ഇരങ്കാതാസ്വാമിനാഥാ ഉൻതിരുള്ളം, പരിപാലയമാം, സീതാധിദേവം നാഥം.

11. **കോകിലപ്രിയ-**കരുണാശരധേ ദശരഥേ, സുഖവാഴ് വടൈന്തുയ്‌വായ്, വടമേല, രഘുകുലനായകാ രാമാ.

12. **രൂപവതി-** നാളാകുതെ നാഥാവ്യഥാ, പാലയമാം, മുരളീനാദ.

മണിപൂരം

13. **ഗായകപ്രിയ-**നാദനിലൈ കണ്ടുരുക, ശ്രീമഹാവിഷ്ണും, നീലനീരദശ്യാമ.

14. **വകുളാഭരണം**-ഈരമുനി, നമ്പിനേൻ അയ്യാ നാഥാ നിൻപദം, കുമരുനിവലേനു. ശങ്കരീ ശിവസുന്ദരീ.

15. **മായാമാളവഗൗളം-**ഉനൈയിന്റിതുണൈ, നാൻ എൻ ചെയ്‌വേൻ, ദേവ ദേവ, ശ്യാമളാംബികെ, തുളസീദള, ഗോപാലാ, മേരുസമാന, ദേവദേവ കലയാമിതേ, ഓം പ്രണവ, വിധുലകു, മായാതീത സ്വരൂപിണി.

16. **ചക്രവാകം-** ഗുരുവായൂരപ്പാ, കാണകൺകോടി, അറിവുടയോർ, ഗിരിജാപതേ, ശിലയെ, മനഹരമാധവ, എഡുല ബ്രോതുവൊതെലിയ, ഇങ്കദയരാധാ, ഗജാനനയുതം.

17. **സൂര്യകാന്തം-**മുദ്ദമോമു, കഞ്ചം, കരുണിംചര, കണ്ണൻ കൊഞ്ചും പഞ്ചമം.

18. **ഹാടകാംബരി-**ആളവാ കന്താ, രക്ഷാസുമാം, ഹാടകാംബരാ ഗോവിന്ദാ.

സ്വാധിഷ്ഠാനം

19. **ത്സങ്കാരധ്വനി-**വരം തരും, ത്സഷകേതനപിതരം, ആലോലതുളസീമാലം.

20. **നടഭൈരവി-**അംബോരുഹ പാദമെനമ്പിനേൻ, നളിന നയനി, അംബോരുഹപാദമെ കണ്ണനിൻ.

21. **കീരവാണി-** കരണാകരനെ, തിരുപ്പതിവെങ്കടമണ, കണ്ണേകലൈമാനേ, പൂവേചെംപൂവേ, നീപൗർണ്ണമി, വരമുലൊസഖി, വേലവാ വാ, ശ്രീദക്ഷിണമൂർത്തിം, മാധവാ മധുസൂദനാ, കുലിഗിയുണ്ടെ.

22. **ഖരഹരപ്രിയ-** ചക്കണിരാജ, കന്താ കൺപാരയ്യ, കാമനീയ, പരമേശ്വര, പക്കാല, കണ്ണാ കൺമണിയേ, രാമനീ സമാനമെവരൊനടചിനടചി.

23. **ഗൗരീ മനോഹരി-**പരാശക്തി, പാരായ് അരുൾ, ഗുരുലേക, സ്മര രേ രേ ചിത, ഗൗരീമനോഹര, രാധാമന ധാരാധര, യാരമിതാവന മാലിനാ, മലരേ കുറിഞ്ചിമലരെ, മുത്തമിഴ് കവിയെ, കവിത, ഗരുഡഗമനവാസുദേവ, അരങ്കേറും നേരം, കാനനശ്രീലകത്തോങ്കാരം, പാട്ടുംനാനേ, ബ്രോവസമയമിതേ.

24. **വരുണപ്രിയ-**ശൃംഗാര കുമാര, സമാശ്രയാമി, സൂര്യേന്ദുഹാരിണി

മൂലാധാരം

25. **മാരരഞ്ജിനി-**മനസാശ്രീമുനിദയലേക, മാനാകിനേൻ വേലാരമപതനാ, താരാങ്കിതം.

26. **ചാരുകേശി-**കൃപയാപാലയ, ആടമോടി, കൃഷ്ണ കൃപാസാഗരം, മന്മഥ ലീലയെ, ആടൽകാലയേദൈവം, നീതാനപ്പാ, ഗേയം ഹരിനാമധേയം, പരദേവിം, അകലെനീലാകാശം, ബാല പരമേശ്വരി

27. **സരസാംഗി-**സരസാംഗി, വന്ദേഹം, മലയാതെ മനമെ, വാഗ്ദേവീവാണീ

28. **ഹരികാംബോജി-** ദിനമണിവംശ, നീയേഗതി, എൻതരിനി, സ്മരമനസാ, തിരുവെ എൻ ശെൽവമെ, രാമം ജഗദീശ്വരം, ശങ്കര ദയകര, രാമനന്നു ബ്രോവര.

29. **ധീരശങ്കരാഭരണം-**എന്തുകോപെദല, സീതാകല്യാണ വൈഭോഗമെ, മാലാശൈ-അറുപടൈ തിരുപുകൾ, എഡുതാനിലിചിതേ, രഘുവംശപതേ, സദാശിവം ഉപാസ്മഹേ, കേരളം കേരളം, സരോജദളനേത്രി, സ്വരരാഗസുധാ, ദക്ഷിണാമൂർത്തെ, വരലീലാ ഗാന, രാസീതാരാമ, വിനവയ്യ പഞ്ചനദീശ, അക്ഷയലിംഗവിഭോ, സീതകല്യാണ, രാമശ്രീരാമ, നാപാലി ശ്രീരാമ, എന്നെ ആളയ്യാ, ശ്രീസുബ്രമണ്യായം, രാജേശ്വരീ.

30. **നാഗാനന്ദിനി-**സത്തലേനി ദിനമു, മാനത്തെകനലുകെട്ടു, നാൻയേൻ ഉന്നൈ, ആശ്ചര്യചൂഢാമണി, ദാക്ഷായണി, നാഗനന്ദിനീ

ആജ്ഞ

31. **യാഗപ്രിയ-**ശംഭോസദാശിവ, യാശോദേയം, രാഗാനുരാഗ പ്രഭോ

32. **രാഗവർദ്ധനി-**കലങ്കാതേ, ഗാനസുധാരസമെ, ദേവീശിവമോഹിനീ

33. **ഗാംഗേയഭൂഷണി-**നിനൈമനമെ, പാലയാസുമാം, സുധാമ ധുരം

34. **വാഗധീശ്വരി-**പരമാത്മുഡു, നാദാനുസന്ധാന, വാണീവാഗ ധീശ്വരി, പ്രണമാമ്യഹം, ദൂർവ്വാദള ശ്യാമളേ.

35. **ശൂലിനി-**പ്രാണനാഥ, ശ്രീശൂലിനിം, പരാമുകം, പ്രേമാരോഹ മനോഹരി

36. **ചലനാട്ട-**ഉമ്പർതരു- അറുപടൈതിരുപുകൾ, ഏതയ്യാഗതി എനക്ക്, നാഗാത്മജ, ചന്ദ്രമൌലിനീ ദേവി.

വിശുദ്ധി (പ്രതിമദ്ധ്യമം)

37. **സാലഗ-**ഗാനാമുതം, വാരണവദനം, ഗാനാമൃതമേ ശ്രീഹരി.

38. **ജലാർണ്ണവം-**കനകമയൂര, മഹേശ്വരി, സുവർണ്ണ സുപർണ്ണ ഗമനാ

39. **ത്സാലവരാളി-**അനാഥരക്ഷകാ, മാധവദയയാ, അനന്തശയനാ ഹരേ

40. **നവനീതം-**സ്വാമി ഇതേ, ഹിമാത്മജെ, തായേ ഹിമാംശു മണി മകുടേ

41. **പാവനി-**അഞ്ചാതെ നെഞ്ചമെ, ജയ ധനദസഖാ, മഞ്ചാടിക്കു ന്നിമാലാധാരിണീ

42. **രഘുപ്രിയ-**സദാനന്ദഭക്തി, ഖതിലക, ആനന്ദചിന്മാത്രരാമാ.

അനാഹതം

43. **ഗവാംബോധി-**വിരൈവാകവെ, വിനതിചെക്കോനവയ്യ, അംബോരുഹഗദാധരം.

44. **ഭവപ്രിയ-**ശ്രീകന്തനീയഡ, ചെന്തിരുവേലൻ, മാധവമാമവ, സുന്ദരപാദാംബുജം, പാർത്തവിഴിപാർത്തപടി ഈ രാഗമാണ്,

അനാഹതം (പ്രതിമമദ്ധ്യമം)

45. **ശുഭപന്തുവരാളി-**എന്നലൂരഗൈ, ശ്രീസത്യനാരായണം, അയി ഖഗവാഹിനി, അംബമനം കനിന്തു, വേലനേ വേറ്ഗതി ഇല്ലനെ, കരുണനുകപടമു, മാധവ മധുമധുരസുധാ.

46. **ഷഡ്വിധമാർഗ്ഗിണി-**അന്തരംഗഭക്തി തന്ത്, ഹൈമവതീം, ബാലാർക്കായുത തേജസാം.

47. **സുവർണ്ണാംഗി-** ഇഹപരസുഖം ഭുവസുവഭൂസുഖ, ശ്രീരഘു പതീം

48. **ദിവ്യമണി-** അപ്പാമുരുകയ്യ, നൌമിത്തവക്കീന, അംബാ മധു രാബികേ.

മണിപൂരം

49. **ധവളാം ബരി-**കാരുണ്യകന്തഗാനാമുതം, ശ്രീവാണി, ശ്രീരാ മാരാമാ.

50. **നാമ നാരായണി-**പൊർപദം തുണൈ, ഏൻമനമെ, മഹാദേ വപാഹിമം, വാഗേശീ മധുമയ.

51. **കാമവർദ്ധനി-** അപരമഭക്തി, ഹരിനാരായണ, വാഡേരദൈ വമുമനസാ, കനകനരുചിര, കരവല്ലകീ, രഘുവര നന്നു, എന്ന ഗാനുരാമഭജന, അണിവാകച്ചാർത്തിൽ, ശിവശിവശിവയെന രാധാ, നാരദമുനി, രാമകഥാഗാനലയം, സുന്ദരതരദേഹം , പാതി മതി നദി, കൃഷ്ണതുളസിക്കതിരു, നിന്നുനേരനമ്മി, കാമുരു കയ്യോ, സാമിനിന്നെ, ശരണംതവ, ശോഭനേ.

52. **രാമപ്രിയ-**സാമീസദാ, മഹാദേവമനിശം, സമ്മോഹിനീ ശ്യാമ രാമപ്രിയാ.

53. **ഗമനശ്രമ-**ജ്ഞാനമുസഗരാദാ ത്യാഗരാജകൃതി ത്യാഗരാജർ രചിച്ചത് ഗമനശ്രമയിലാണ് അരിയക്കുടി പാടിയിട്ടുള്ളത് പൂർവ്വി

കല്യാണിയിൽ. ഗോപീ ഗോപാല ലാല, ഇഹമെസുഖം എന്നി മാരുലു, കരവല്ലകീ മണി കുണ്ഡലം.

54. **വിശ്വംഭരി**–പരമാനന്ദഭക്തി, ഭോശംഭോ, പരമാനന്ദ മധുമദ വിവശാം.

സ്വാധിഷ്ഠാനം (പ്ര. മ)

55. **ശ്യാമളാംഗി**–കന്താഭക്തതരുവേ, ശ്യാമളാംഗി, യമുനാ നീര വിഹാരി.

56. **ഷണ്മുഖപ്രിയ**–സുഖമേസുഖം, സിദ്ധിവിനായകം, അനിശം, സദാതവപാദ, മുരുകാ മുരുകാ എന്റ്, മധുരം മനം തിരുപാദ, മരി വേരതിക്കെവരയ്യ, (ഗോപികാവസന്തം, ഉഷസ്സെനീ, കൊട്ട ഭാഗ്ഗിയവെ പഴംനീയപ്പാ, ആടാതമനമും, ലീലാതിലകം, പരമ പുരുഷ ചാർത്തി) വെള്ളൈപനി ജടയോൻ, ഏകാമ്രേശനായകിം, പാർവ്വതിനായകനെ, കണ്ണനെ പണിമനമെ.

57. **സിംഹേന്ദ്ര മദ്ധ്യമം**–ഹരിയ നിനയദ, കണ്ണെടുത്താകിലും നീതു ചരണമുലേ, രാമരാമഗുണസീമാ, ഉന്നൈ അല്ലാൽ വേറെ, ഗതി കർണ്ണികാ കർണ്ണികാരം.

58. **ഹൈമവതി**–നീസരിസാരി, മനമെമറവാതെ, ശ്രീകാന്തിമതിം, തരുണമിതെ, ദുർഗ്ഗേ ജഗന്മാതൃകേ

59. **ധർമ്മവതി**–പരംധാമവതി ജയതി, ഓടോടിവന്തേൻ, കന്താ ഭക്ത യെന്നഡുനന്നു, വസമാ, കണ്ണാവനമാലാധരാ.

60. **നീതിമതി**–മോഹനകര, സ്മരണം, ശാരദ ശശി ശേഖര.

മൂലാധാരം

61. **കാന്തമണി**–നാദസുഖം, തരുംനാഥാ, ഭുവനേശ്വരീ, നാദമയം ഗുരു വായുപുരം.

62. **ഋഷഭ പ്രിയ**–മഹിമദെക്കിൻസു, നന്ദീശം, ഘനനയദേശിക,

മണിമയഭൂഷണ രാഗരസിക.

63. **ലതാംഗി**-കണ്ഠജൂടുമൈ, അപരാധമുലന്നിയു, കൈകൂട വേണുമേ, താമ്രലോചനി, ഫാലനേത്ര വിഭൂഷണി

64. **വാചസ്പതി**-പാഹി ജഗജനനി, പരാത്പര, ഇഹപരസുഖ, നുതിൻതു, യദുകുലമണിദീപമെ, സ്വർണ്ണമുഖീതീര

65. **മേചകല്യാണി**- ഭജരേ ചിത്ത, നീയെന്നെ ഗായകനാക്കി, എൻ നെഞ്ചിൽ, ജാനകീജാനേ, കൗസല്യാ കുമാരനെ, അദ്രീസുതാവര, ഏതാവുനാരാ, ആനിമിഷത്തിന്റെ, സകലവും തരുവവൾ, സ്വർണ്ണചാമരം, വനജാക്ഷി, സത്യശിവസൗന്ദര്യങ്ങൾ, നിധിചാലസുഖമാ, വൈശാഖപൌർണ്ണമിയോ, ബിരനവാലിചി, സ്വർഗ്ഗനന്ദിനി, സന്ദേഹമു, സോമസമവദനെ, സുന്ദരി നീ സംഗീതമെനിൻ, ഉനൈയല്ലെ, ഇഹലോകമെ, എന്തുകോനി മനസു, കല്യാണി അമൃതതരംഗിണി, വനജാക്ഷി, ഇശൈകേട്ടാൽ പുവി, സദാനന്ദമേ, കാവിരിപെണ്ണേ, ഗതി നീവേ, കലൈവാണിയേ, രമാരാധിതം, കണ്ണാലെ കാതൽകവിതൈ, അമ്മാഎന്റൈഴെക്കാത, കേട്ടതും കൊടുപ്പവനെ, ദൊരഗുനാ സുന്ദരി, കണ്ണാൽ ഒരു തേതി.

66. **ചിത്രാംബരി**-സാമഗാനലോലാ, ശ്രീരാമനൗമി, സാമവേദരൂപാ.

ആജ്ഞ (പ്ര. മ)

67. **സുചരിത്ര**-വേലും മയിലുമെ, ചിന്തയാമി, കണ്ണാവനാമാലാ

68. **ജ്യോതിസ്വരൂപിണി**-ഗാനാമുതപാനം , ശ്രീഗായത്രീം, ഗാനാമൃതപാനം.

69. **ധാതുവർദ്ധനി**-സുഖകരസോമാ, മഹേശം, നന്ദകുമാരാ.

70. **നാസികാഭൂഷണി**-തായേ എൻ സരസ്വതി, തന്തരുൾ അയ്യാ,

അംബികാം, നാസികാഭൂഷണീ.

71. **കോസലം-**കാർമുഖാഷണ്മുഖാ, ഓ മനസാ, മാധവ കേശവ.

72. **രസികപ്രിയ-**ശൃംഗാരരസമഞ്ജരീം ശ്രീകാമാക്ഷിം, അരുൾ ചെയ്യവേണുമയ്യ, പാവനതനയ, പത്മസിന്ധുഭവേ.

(72 മേളകർത്താരാഗങ്ങളുടെ ഗവേഷണത്തിന് ഞാൻ ശേഖരിച്ചതും, കേട്ടതും, രചിച്ചതുമായ കീർത്തനം/ കൃതികളാണ് മുകളിൽ കൊടുത്തത്. മറ്റുള്ള കൃതി/ കീർത്തനങ്ങൾ രാഗസുധാർണ്ണവം- കേരള ഭാഷാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് നോക്കി മനസ്സിലാക്കുക)

മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ സമ്പൂർണ്ണരാഗങ്ങളാണ് അവ എഴു സ്വരവും ഉപയോഗിക്കുന്നു. അതിനാൽ പാടുന്നവർക്കും കേൾക്കുന്നവർക്കും ആയുസ്സ്, ധർമ്മം, യശസ്സ്, കീർത്തി, ബുദ്ധി, സൌഖ്യം, ധനം, രാജ്യത്തിന് അഭിവൃദ്ധി, സന്താനങ്ങൾക്ക് അഭിവൃദ്ധി എന്നിവയാണ് ഫലം.

ആയുർദ്ധർമ്മോയശഃ കീർത്തി
ബുദ്ധിസൌഖ്യ ധനാനിച
രാജ്യാഭിവൃദ്ധിഃ സന്താനഃ
പൂർണ്ണരാഗേഷു ജായതേ (ഭരതകോശം)

രാഷ്ട്രത്തിന്റെ മുഴുവൻ അഭിവൃദ്ധിയെ, ലോകത്തിൽ ഇന്നുള്ളവരും വരാനിരിക്കുന്നവരുമായ എല്ലാ മനുഷ്യരുടേയും സുഖത്തെ, സമാധാനത്തെ, ശാരീരിക, മാനസിക, ബൗദ്ധിക, ആത്മീയ ആരോഗ്യത്തെ പ്രാർത്ഥിച്ചുകൊണ്ടാണ് എഴുപത്തിരണ്ടു മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ ഞാൻ മലയാളത്തിൽ രചിച്ചതും സംഗീത ചികിത്സയിൽ പരീക്ഷിച്ചതും. മാനവരാശിയുടെ മുഴുവൻ സുഖത്തിനായി ഈ പ്രാർത്ഥന ഈശ്വരനിൽ സമർപ്പിക്കുന്നു.

അലോപ്പതിയിൽ പ്രയോഗിച്ച് വിജയിച്ച ചില പ്രൊജക്ടുകൾ

(AAR. Edition International 2000. Scienfic Music Therapy യിൽ നിന്ന്)

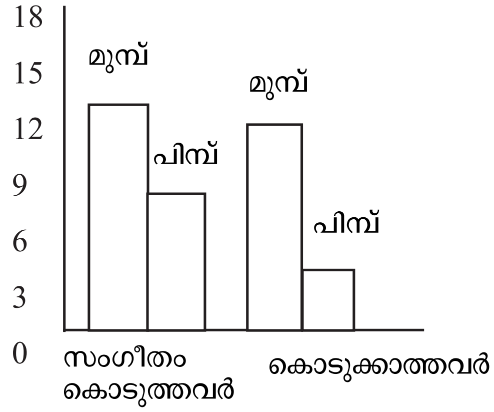
1. ആദ്യത്തെ മൂന്നുമാസത്തെ ഗർഭാവസ്ഥയിൽ ഗർഭം അലസിപ്പോകുന്നതിന്റെ ലക്ഷണങ്ങൾ, വേദന, ഉറക്കക്കുറവ് എന്നിവ കണ്ടവർക്ക് അൾട്രാസൌണ്ടിൽ ഗർഭമലസൽഭീഷണി കണ്ടുപിടിച്ചിരുന്നു. ഗർഭിണികൾ Stress, Nervoustension എന്നിവ അനുഭവിച്ചിരുന്നു. ഹോർമോൺ കുറവും കണ്ടെത്തിയിരുന്നു.

ടെസ്റ്റ്- 15 രോഗികൾ- 8-10 ദിവസം,30-60 മിനുട്ട് സംഗീതം കോംപാക്ട് ഡിസ്ക്, ഹെഡ്ഫോൺ വഴി കേൾപ്പിച്ചു. ഇവരിൽ 13/15 പേർക്ക് ഉറക്കക്കുറവുണ്ടായിരുന്നു. 8/13 പേർക്ക് ഉറക്കം ക്രമീകരിക്കാൻ സാധിച്ചു. കൺട്രോൾ- 15 പേർക്ക് സംഗീതം കൊടുത്തില്ല. സാധാരണ കൊടുത്ത ഹോർമോൺ, സെഡേറ്റീവ്, സ്പാസ്മോലിറ്റിക്ക് ഡ്രഗ്സ്, ഫിസിയോ തെറാപ്പിമാത്രം. 12/15 പേർക്ക് ഉറക്കക്കുറവുണ്ടായിരുന്നു. 4/12 പേർക്ക് മാത്രമെ ക്രമീകരിക്കാൻ സാധിച്ചുള്ളു (ചാർട്ട് 1)

2. പ്രസവവേളയിൽ

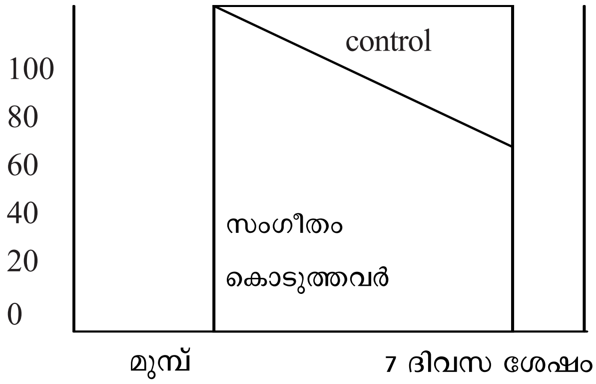
anxiety & emotional stress എന്നിവ ലസ്ക്കറുടെ കളർ choosing test വെച്ച് അളന്നു (H Luscher 1994) 15 പേർക്ക് സാധാരണ കൊടുക്കുന്ന ചികിത്സ+ 7 ദിവസം സംഗീതം, ദിവസം ഒരു മണിക്കൂർ വീതം. സൈക്കോ ഇമോഷണൽ സ്ട്രസ്സ് 47% കുറഞ്ഞു. കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പിൽ 10 സ്ത്രീകൾക്ക് സാധാരണ ചികിത്സമാത്രം കൊടുത്തു. അവർക്ക് stress കുറഞ്ഞില്ല.

ചാർട്ട് 1
ഉറക്കക്രമീകരണം (1.. 3 മാസങ്ങൾ)



ചാർട്ട് 2.

സൈക്കോ ഇമോഷണൽ സ്ട്രസ് (പ്രസവസമയം)



3. OPH സിൻഡ്രോം

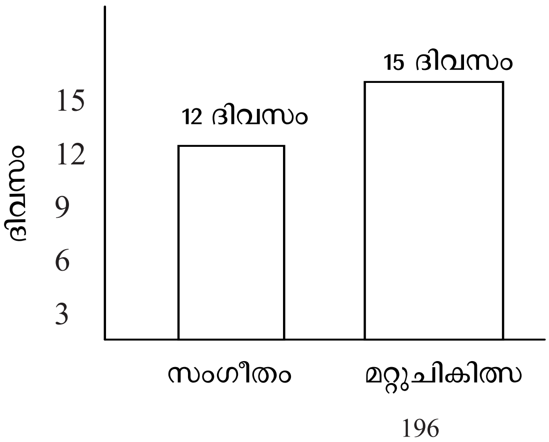
3-ാം ട്രൈമസ്റ്റർ കാലത്തെ മൈൽഡ് ഒ. പി. എച്ച് കൊണ്ട് കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയ താളം തെറ്റാം അമ്മയ്ക്ക് വൃക്കരോഗം, നീര്, ഉയർന്ന രക്തസമ്മർദ്ദം, മൂത്രത്തിൽ പ്രോട്ടീൻ എന്നിവ ഉള്ളപ്പോഴാണ് ഇത് സംഭവിക്കുക.

ടെസ്റ്റ് - 13 സ്ത്രീകൾ, 26 +- .6 വയസ്സ് പ്രായം.

7-10 ദിവസം സംഗീതം രാവിലെയും ഉച്ചഭക്ഷണത്തിനുശേഷവും കൊടുത്തു. മറ്റ് ചികിത്സകൊടുത്തില്ല. 86% കുട്ടിയുടെ ഹൃദയതാള ക്രമീകരണം കാർഡിയോ ലോക്കോഗ്രാം വെച്ച് അളന്ന് രേഖപ്പെടുത്താൻ കഴിഞ്ഞു. ഈ ഒബ്ജക്ടീവ് ഡാറ്റ കൂടാതെ രോഗികളുടെ സബ്ജക്ടീവ് വിലയിരുത്തലും റെക്കോഡ് ചെയ്തു താരതമ്യപ്പെടുത്തി. 6ാമത്തെ ദിവസം മുതൽ കുട്ടിയുടെ നിലയും പ്ലാസന്റയുടെ നിലയും വളരെ ഇംപ്രൂവ് ചെയ്തു. 12 +/ 1 ദിവസം കൊണ്ടുതന്നെ ഫലം കിട്ടി, ചികിത്സനിർത്താനായി.

കൺട്രോൾ -14 പേർക്ക് സെഡേറ്റീവ്, രക്തസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാൻ മരുന്നുകൾ കൊടുത്തു. ഇവരിലും ഫലംകിട്ടി. പക്ഷെ 3-4 ദിവസം വൈകി ഫലം കാണാൻ. 14+/2 ദിവസം വേണ്ടിവന്നു.

ചാർട്ട് 3.



ചാർട്ട് 3. OPH ൽ കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയതാള ക്രമീകരണം വേഗത്തിൽ സാധിക്കുന്നു, സംഗീതം കൊണ്ട്

4. ഗർഭകാലത്തെ അവസാനത്തെ 3 മാസത്തിൽ ഗർഭിണികൾക്ക് പലവിധം രോഗമുള്ള പക്ഷം കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയതാളത്തിൽ അപകടകരമാംവിധം മാറ്റംവരും. അമ്മയ്ക്ക് റ്യൂമാറ്റിസം, സ്ക്കോളിയോസിസ്, ഹൃദ്രോഗം, കരൾരോഗം, വൃക്കരോഗം എന്നിവയുണ്ടെങ്കിൽ കുഞ്ഞിന്റെ അപകടസാദ്ധ്യത കൂടുതലാണ്. കാർഡിയോ മോണിറ്ററിന്റെ ക്വാളിറ്റേറ്റീവ് പാരമീറ്റേഴ്സിനെ ക്രെബ്സ് സ്ക്കെയിലിലേക്ക് മാറ്റിയാണ് കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയത്തിന്റെ function അളക്കുന്നത് (H. Kreb. 1979) കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയതാളം, ഹൃദയത്തിന്റെ oscillation frequency ഹൃദയത്തിന്റെ frequency യുടെ acceleration, deceleration ഇവയൊക്കെ ഇങ്ങനെ മോണിട്ടർ ചെയ്യുന്നു. കുഞ്ഞ് സുരക്ഷിതമോ അല്ലയോ എന്ന് ഇതു വെച്ചാണ് പറയുന്നത്.

ക്രെബ് സ്ക്കെയിലിൽ 8-10 യൂണിറ്റ് - കുഞ്ഞ് സുരക്ഷിതനാണ്

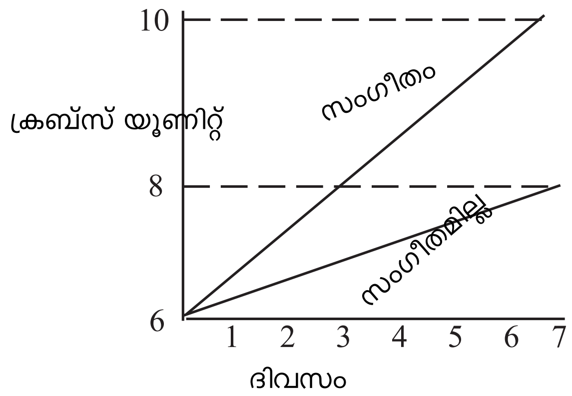
6-7 എങ്കിൽ താഴത്തെ border line ലാണ്

6ൽ കുറവെങ്കിൽ കുഞ്ഞിന് ഓക്സിജൻ കിട്ടുന്നില്ല (hypoxia) സുരക്ഷിതനല്ല എന്നതിന്റെ ആദ്യതെളിവ് താഴത്തെ border line ൽ ഉള്ള 15 ഗർഭിണകൾക്ക് സാധാരണ കൊടുക്കുന്ന ചികിത്സ+ സംഗീതം - 7 ദിവസത്തേക്ക്, ദിവസത്തിൽഒരു മണിക്കൂർ വീതം കൊടുത്തു. സ്കെയിൽ 9.2 യൂണിറ്റായി ഉയർന്നു.

കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പിന്റെ സംഗീതം ഇല്ലാതെ സാധാരണ ചികിത്സ മാത്രം.

7-8 യൂണിററ് വരെയേ ഉയർന്നുള്ളു

ചാർട്ട് 4



5. പ്രസവസമയത്ത് കുഞ്ഞിനെ ശാന്തനാക്കാൻ

ഗർഭാശയം സങ്കോചിക്കാൻ തുടങ്ങുമ്പോൾ അകത്തിരിക്കുന്ന കുഞ്ഞിന് വല്ലാത്ത ഒരനുഭവമാണ്.

21 സ്ത്രീകളിൽ, ഗർഭാശയ സങ്കോചം തുടങ്ങുന്നതിനുമുമ്പും, സങ്കോചിക്കാൻ തുടങ്ങുന്ന പ്രസവത്തിന്റെ ആദ്യത്തെ ുവമലെ ലും 10 മിനുട്ട് വീതം 3 പ്രാവശ്യം കുട്ടിയുടെ ഹൃദയതാളവും പ്രവർത്തനവും നിരീക്ഷിച്ചു. അതിനുശേഷം സംഗീതം കൊടുത്തു. ഒരു മണിക്കൂർ സംഗീതം ശ്രവിച്ചതിൽ മദ്ധ്യഭാഗത്തും (1/2 മണിക്കൂർ) ഒടുക്കവും ആണ് മോണിട്ടർ ചെയ്തത് (pre-mid & post test) കുഞ്ഞിന്റെ ഹൃദയം ഒട്ടും പ്രക്ഷുബ്ധമായില്ല. ശാന്തനായി, hypoxia യുടെ ലക്ഷണമൊന്നും കാട്ടാതെ കുഞ്ഞ് പുറത്തുവന്നു. സംഗീതം കൊടുക്കാത്ത കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പിൽ 5 ഗർഭിണികൾ- അവരിൽ ഈ മാറ്റം കണ്ടില്ല.

മറ്റൊരു കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പിന് മൊസാർട്ട് സിംഫണി 28, കൊറോണേഷൻ മാസ് (5 പേർക്ക്) കൊടുത്തു. അവരിലും ഈ മാറ്റം കണ്ടില്ല എന്ന് റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തു. അതായത് അമ്മയ്ക്ക് ഇഷ്ടമുള്ള, ശാന്തിനൽകുന്ന സംഗീതത്തിനേ ഈഫലം കൊടുക്കാനാവുന്നുള്ളു എന്നർത്ഥം.

6. ഗർഭം അലസുമെന്ന് ഭയപ്പെടുന്ന ഒരു ഗ്രൂപ്പ് സ്ത്രീകളിൽ അവരുടെ ഇമ്മ്യൂൺസ്റ്റാറ്റസ് (പ്രതിരോധ ശേഷി) താഴെപ്പറയുന്നവവെച്ച് അളന്നു.

1. രക്തത്തിലെ ശ്വേതരക്താണുക്കളുടെ എണ്ണം.
2. അബ്സൊലൂട്ട് ലിംഫോസൈറ്റ് എണ്ണം %
3. T,B ലിംഫോസൈറ്റുകളുടെ എണ്ണം
4. T ലിംഫോസൈറ്റുകളുടെ വ്യത്യസ്ത സബ്പോപ്പുലേഷൻ
5. അവയുടെ ബന്ധം (IRI അഥവാ ഇമ്മ്യൂണോറെഗുലേറ്ററി ഇൻഡക്സ്)
6. ശ്വേതരക്താണു, T cell ബന്ധം (LTI ല്യൂക്കോസൈറ്റ് T cell ഇൻഡക്സ്)
7. T lymphocytes ന്റെ പ്രവർത്തനശേഷി, സൈറ്റോക്രൈൻ ഉല്പാദനം (LIFഎന്ന leucocyte migration factor)
8. B lymphocytes immunoglobulin M, G&A
9. ഗ്രാനുലോസൈറ്റ് കീമോടോക്സിസിറ്റി, ഓക്സിജൻ മെറ്റബോളിസം,- ഫാഗോസൈറ്റ് സെൽഫങ്ഷൻ
10. ഇവവെച്ച് ഇമ്മ്യൂൺസ്റ്റേറ്റ് നിർണ്ണയം

ചികിത്സക്കുമുമ്പും, ചികിത്സ കഴിഞ്ഞ് 4 ദിവസത്തിനുശേഷവും ഇവ നിർണ്ണയിച്ചു.

ടെസ്റ്റ് - 13 സ്ത്രീകൾ. 20-25 വയസ്സുപ്രായം

സാധാരണചികിത്സ (സെഡെറ്റീവ്, സ്പാസ്മോലിറ്റിക്സ്, ഹോർമോൺ, വൈറ്റമിൻ) ഒരാഴ്ചയ്ക്ക് + 1-2 പ്രാവശ്യം/ ദിവസം സംഗീതം.

കൺട്രോൾ - അതേ ഡയഗ്നോസിസ്, അതേ പ്രായം, അതേ നമ്പർ സ്ത്രീകൾ സംഗീതം കൊടുത്തില്ല.

സംഗീതം കൊടുത്തഗ്രൂപ്പിൽ നോർമലൈസേഷൻ വളരെ പ്രകടവും 55 % ഉം- കൊടുത്തവരിൽ അത്രതന്നെ പ്രകടമായ മാറ്റമില്ല. 46% ൽമാത്രം

7. പ്രസവ വേദന

വേദനയെ നിയന്ത്രിക്കുന്ന ന്യൂറോ എൻഡോക്രൈൻ പ്രവർത്തനം സംഗീതത്താൽ നിയന്ത്രിക്കാൻ കഴിയും. ബീറ്റ എൻഡോർഫിൻ മുതലായ വേദനാസംഹാരികൾ സംഗീതം ശരീരത്തിൽ സ്വാഭാവികമായി ഉണ്ടാക്കും.

സ്ത്രീകളെ 3 ഗ്രൂപ്പ് ആക്കി തിരിച്ചു.

Test gp I 1. 11 ഗർഭിണികൾ- ഇവർക്ക് ലളിതസംഗീതം

Control A 2. 11 ഗർഭിണികൾ- ഇവർക്ക് ക്ലാസിക്കൽ- (Mozart symphony 28 Coronation mass)

Control B3. 11 ഗർഭിണികൾ- സംഗീതമില്ല.

gp I

1. Beeta endorphine അളവ് 6.05 unit ൽ കുറഞ്ഞു.
2. പക്ഷെ ഗർഭിണികൾ വേദന കുറഞ്ഞതായി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തു.
3. .. ഗർഭാശയ ഭിത്തിയിലെ മാംസ പേശികളുടെ Relaxation, കുഞ്ഞിന്റെ ശാന്തത ഇവകളാലാണ്, Beeta endorphine കൊണ്ടല്ല

വേദന കുറഞ്ഞത്

കൺട്രോൾ A

1. ACTH ഹോർമോൺ അധികരിച്ചു. ഇത് Beeta endorphine ഹോർമോൺ അളവ് കൂട്ടി.
2. ഗർഭിണികൾക്ക് വേദന നന്നായി കുറഞ്ഞതായി റിപ്പോർട്ട് ചെയ്തു.
3. .. ലളിത സംഗീതവും ക്ലാസിക്കൽ സംഗീതവും വേദന കുറയ്ക്കുന്നുണ്ടെങ്കിലും അവയുടെ മെക്കാനിസം വ്യത്യസ്തമാണ്.

കൺട്രോൾ B

ഒരു മാറ്റവും ഇല്ല.
(ഈ ഗ്രൂപ്പിൽ കോർട്ടിസോൾ ലവൽ മാറ്റം കണ്ടില്ല. കോർട്ടിസോൾ ലവലിൽ മാറ്റം കാണണമെങ്കിൽ 30 മിനിട്ടിലധികം ചികിത്സാ ഇടവേള വേണം. അതായത് കോർട്ടിസോളിന്റെ രക്തത്തിലുള്ള ലൈഫ്സ്പാനിന്റെ പകുതി)

8. ഗൈനക്കോളജിക്കൽ സർജ്ജറിയ്ക്കുശേഷം കോർട്ടിസോൾ (stress hormone) ലവൽ- (Fibroid surgery)

28 സ്ത്രീകളിൽ 840þ 1400 n mols / ലിറ്റർ (ശരാശരി 995) ഉണ്ടായിരുന്നു കോർട്ടിസോൾ ലെവൽ.

സർജ്ജറിക്കുമുമ്പ് 2-3 പ്രാവശ്യം സംഗീതം കൊടുത്തവരിൽ 39% ത്തിൽ 4 ഇരട്ടി (കൺട്രോൾ ഗ്രൂപ്പിനേക്കാൾ) ഇത് കുറഞ്ഞു.

സർജ്ജറിക്കു ശേഷം 12 ദിവസം 1-2 പ്രാവശ്യം/ ദിവസത്തിൽ 30-60 മിനുട്ട് സംഗീതം കൊടുത്തവരിൽ 60% കോർട്ടിസോൾ ലവൽ കുറഞ്ഞു.

9. മറ്റ് സെന്ററുകൾ - MTRC (Music Therapy Research centre)

1. ആർത്തവചക്രം ക്രമീകരിക്കാൻ
2. ഗർഭാശയ സംബന്ധമായ രക്തസ്രാവം കുറയ്ക്കാൻ
3. Vacuum ഇടുന്ന സ്ത്രീകളുടെ മാനസികനില ക്രമീകരിക്കാൻ
4. Vacuum ഇടുമ്പോഴത്തെ വേദന കുറയ്ക്കാൻ.
5. OPH syndrome ൽ മൂത്രത്തിലെ പ്രോട്ടീൻ കുറയ്ക്കാൻ.
6. ഗർഭം അലസുന്ന സ്ത്രീകളിലെ കാരിയോപിക്ക്നോട്ടിക്ക് ഇൻഡക്സ് ക്രമീകരിക്കാൻ
7. രക്തസമ്മർദ്ദം കുറയ്ക്കാൻ

എന്നിങ്ങനെ പല ആവശ്യങ്ങൾക്കും സ്ത്രീകളുടെ ആസ്പത്രികളിൽ വിജയകരമായി സംഗീതം ഉപയോഗിച്ചിട്ടുണ്ട്.

ഈ രീതിയിലുള്ള പ്രോട്ടോക്കോളുകൾ ഇന്ത്യൻ ലളിതസംഗീതം, ക്ലാസിക്കൽ സംഗീതം എന്നിവ ഉപയോഗിച്ച് ചെയ്തു നോക്കി ഡാറ്റ ശേഖരിയ്ക്കാൻ ആസ്പത്രികളും, ഡോക്ടർമാരും, സംഗീതജ്ഞരും, പൊതുജനങ്ങളും, അടങ്ങിയ സമൂഹത്തിന് കൂടുതൽ ബോധവൽക്കരണം നടത്തേണ്ടതുണ്ട്. ആധുനിക രീതിയിലുള്ള റിസർച്ച് കൂടാതെ, ഇന്റർ ഡിസിപ്ലിനറി ഹോളിസ്റ്റിക്ക് സമീപനം കൂടാതെ മ്യൂസിക്ക് തെറാപ്പിസ്റ്റുകൾ സ്വന്തം ഇഷ്ടപ്രകാരം, ഇന്നരാഗം ഇന്ന രോഗത്തിന് എന്ന് പറയുന്നരീതി ഒട്ടും ശാസ്ത്രീയമല്ല. സംഗീതത്തിന് രോഗശമനശേഷി മാത്രമല്ല, വ്യക്തിത്വ വികസനത്തിലും, ലോകസമാധാനത്തിലും ഒക്കെ സ്തുത്യർഹമായ പങ്ക് വഹിയ്ക്കാൻ കഴിയുമെന്നതിൽ സംശയമില്ല. അതിനുള്ള തെളിവ് ഡാറ്റ സഹിതം പുതിയ തലമുറയ്ക്ക് കൊടുക്കണമെങ്കിൽ, കൂടുതൽ റിസർച്ച് ചെയ്യാൻ ഇപ്പോഴത്തെ തലമുറ തയ്യാറാവണം. ഈ കാര്യം അംഗീകരിച്ച്, എല്ലാ വൈദ്യശാസ്ത്ര ശാഖകളും സംഗീതജ്ഞരും യൂണിവേഴ്സിറ്റികളും ഒത്തൊരുമിച്ച് പ്രവർത്തിയ്ക്കേണ്ടതുണ്ട്.

പ്രമാണം

എന്താണ് പ്രമാണം എന്നുവെച്ചാൽ? അളക്കുന്ന യൂണിറ്റും അതിനുള്ള മാർഗ്ഗ നിർദ്ദേശങ്ങളുമാണ് പ്രമാണം. ഏതു പ്രമേയ ത്തെയും (ബാഹ്യമായാലും ആന്തരികമായാലും, സ്ഥൂലമായാലും സൂക്ഷ്മമായാലും) കൃത്യമായി അളന്നുതൂക്കി വിവേചിച്ചറി യുന്നതാണ് ഇന്ത്യക്കാരുടെ രീതി എന്ന് സിന്ധുനദീതട/ഹാരപ്പൻ/ മെഹർഗർഹ് സംസ്ക്കാരകാലത്തെ തൂക്കത്തിലും അളവിലുമുള്ള നിഷ്ക്കർഷ ചൂണ്ടിക്കാട്ടുന്നു. സൂക്ഷ്മവും ആന്തരവുമായ പ്രമേ യങ്ങളെ അളന്നുതൂക്കി വിവേചിച്ചറിയാൻ രണ്ടുവിധം പ്രമാണ ങ്ങളും ആറുവിധദർശനങ്ങളുമാണ് സൈന്ധവ സംസ്കൃതി അംഗീ കരിച്ചിരുന്നത്. ശ്രുതി, സ്മൃതി എന്ന രണ്ടു പ്രമാണം, സാംഖ്യം, വൈശേഷികം, യോഗം, പൂർവ്വമീമാംസ, ഉത്തരമീമാംസ എന്ന് ഷഡ്ദർശനം. എല്ലാ ശാസ്ത്രവും കലകളും ആശയങ്ങളും ഇവക ളാൽ സൂക്ഷ്മവിചാരം ചെയ്യപ്പെട്ടേ അംഗീകരിയ്ക്കയുള്ളു. അതാ യത് ശാസ്ത്രീയമായി അളന്നുനോക്കി അംഗീകരിയ്ക്കപ്പെട്ട തെളിവ് (Evidence) ആണ് പ്രമാണം.

നാം ഒരു വാക്ക്/ ശബ്ദം/ സംഗീതം കേൾക്കുന്നു (ശ്രുതി) കേട്ട തിനെ നമ്മുടെ ചിന്ത മനനം ചെയ്ത് ഓർമ്മയായി മസ്തിഷ്ക്ക കോശങ്ങളിൽ ശേഖരിക്കുന്നു(സ്മൃതി). ആവശ്യം വരുന്ന സന്ദർഭ ങ്ങളിൽ ഇത് നമുക്ക് വീണ്ടും ഓർമ്മവരുന്നു (പ്രത്യഭിജ്ഞ). ഇങ്ങനെ ശ്രുതി, മനനം, സ്മൃതി, പ്രത്യഭിജ്ഞ എന്ന് 4 ഘട്ടങ്ങളി ലായിട്ടാണ് വിദ്യ (ജ്ഞാനം) നമുക്ക് സദാ ലഭിക്കുന്നത്. (Acoustic Experience, Cognition, Memory, Wisdom എന്നൊക്കെ ഇംഗ്ലീഷിൽ പറയുന്നതിന്റെ പ്രാചീന സംസ്കൃത പദങ്ങൾ മാത്രമാണവ) വിദ്യ

അപരയും പരയുമുണ്ട് അവ നമുക്ക് അഭ്യുദയവും നിശ്രേയസവും നൽകുന്നു. അതിനെയാണ് യഥാർത്ഥത്തിൽ ശ്രീവിദ്യോപാസന എന്നു പറയുന്നത്.

നാം ജീവിയ്ക്കുന്ന ലോകത്തിൽ ഒട്ടനവധി ഭേദഭാവനകൾ അപശ്രുതികളായി ഉയർന്നു കേൾക്കുന്നു. മതം, ജാതി, വർഗ്ഗം, വർണ്ണവിവേചനം, ഭാഷ,, കക്ഷിരാഷ്ട്രീയം, പണത്തിനുള്ള അതിമോഹം, കാമാസക്തി, സ്ത്രീപുരുഷപ്രശ്നങ്ങൾ, ദാരിദ്ര്യം, തീവ്രവാദം-ഇതൊക്കെ അപശ്രുതികൾ ഉണ്ടാക്കിക്കൊണ്ടിരിക്കുന്നുണ്ട്. ഇത്രയേറെ ഭേദഭാവനകൾ അപശ്രുതികളായി ശബ്ദമലിനീകരണമുണ്ടാക്കുന്ന പരിസ്ഥിതിയിലാണ് നമ്മൾ ജീവിക്കുന്നത്. നമ്മുടെ കുട്ടികൾ പിറന്നുവീഴുന്നത്. അതിനാൽ, നമ്മുടേയും അവരുടേയും stress കഴിയുന്നത്ര കുറയ്ക്കേണ്ടതുണ്ട്. ശ്രുതി ശുദ്ധമായ നല്ല രാഗങ്ങൾ, നല്ല ശബ്ദങ്ങൾ, മൗനരാഗങ്ങൾ കൊണ്ട് അന്തരീക്ഷമലിനീകരണത്തിന് ഒട്ടേറെ ശമനം കിട്ടും മസ്തിഷ്ക്ക കോശങ്ങൾക്ക് സുഖം കിട്ടും.

മൗനമായി, പ്രകൃതിരമണീയമായ ഒരിടത്തിരുന്ന് ഒരു കിളിയൊച്ച, ഒരു സാഗരമർമ്മരം, ഒരു കാറ്റിന്റെ സംഗീതം ചെവിയോർക്കുക. പ്രണവസ്വരം കേൾക്കുക, ഉച്ചരിയ്ക്കുക. മൃദുലമായ സ്നേഹശബ്ദങ്ങൾ മാത്രം എല്ലാവരോടും ഉച്ചരിയ്ക്കുക. ഇതൊക്കെ ഒരു ധ്യാനത്തിന്റെ സുഖം നൽകും. സംഗീതം ആ ധ്യാനലയമാണ് നമുക്ക് തരുന്നത്. അതിനെ വെറുമൊരു ചികിത്സയായല്ല, ജീവിതരീതിയായിത്തന്നെ എടുക്കണം.

ഒരു വാക്കിന്/ഒരു പാട്ടിന് അത് ഉച്ചരിക്കപ്പെട്ട/ പാടപ്പെട്ട സമയത്ത് ഒരു തുടക്കം (ജനനം), അവസാനിക്കുമ്പോൾ ഒരു ഒടുക്കം (മരണം) ഉണ്ട്. നമ്മെപ്പോലെ! ഒരു വാക്കുച്ചരിക്കുന്നതും പാടുന്നതും

അതിനാൽ മനുഷ്യജീവിതം (life) പോലെ ഒരു സംഭവം (event) ആണ്. അവ ക്ഷണികമാണ് എന്നാൽ ശ്രുതിയും സ്മൃതിയും പ്രത്യ ഭിജ്ഞയുമായി ദീർഘകാലം മാനവസ്മൃതിയിൽ രേഖപ്പെടുത്തു കയാൽ ശാശ്വതമായി നിലനിൽക്കുന്നവയുമാണ്. (വേദം പോലെ). അതിനാൽ വാക്കും സംഗീതവും (ഋക്കും, സാമവും) ഒരു ശാശ്വത പ്രക്രിയ (eternal process) ആയും ഗ്രഹിയ്ക്കണം. ഒരേ സമയം ക്ഷണികം, ശാശ്വതം എന്ന രണ്ട് അസ്തിത്വങ്ങൾ നമ്മെപ്പോലെ അവയ്ക്കുമുണ്ട്. ജനനമരണങ്ങളുള്ള ഓരോ ക്ഷണിക സംഭവവും അനാദിയും അനന്തവുമായ ബ്രഹ്മപ്രകൃതിയിലെ ചെറിയ ചെറിയ തരംഗങ്ങൾ മാത്രമാണ്. കടലും തിരയും പോലെ, പരമാത്മ ജീവാത്മ ബന്ധംപോലെ, ഇതിനെ അറിയണം. നാദത്തിന് ഇപ്ര കാരം ക്ഷണികം, ശാശ്വതം, രണ്ടിനേയും അറിയുന്ന ജ്ഞാനിയുടെ ദർശനമെന്ന മൂന്നു ഘടകങ്ങൾ ഉണ്ടാവുന്നു.

1. തുടക്കവും ഒടുക്കവുമുള്ള ഒരു സാധാരണ ജന്മം, സാധാരണ വാക്ക് , പാട്ട്- (ക്ഷണികം)
2. നാദാകാശം- സർവ്വത്തിലും എപ്പോഴും സാന്ദ്രമായി നിറഞ്ഞ് വ്യാപിച്ച് ഒരു സാന്നിദ്ധ്യം- അനന്തം അനാദി അതിൽ ലയിച്ച ജീവാത്മാക്കൾക്ക് മത്സരമില്ല സ്നേഹം മാത്രം (യോഗി)
3. ഈശ്വരന്റെ ശ്രുതിദർശനം (God's Earview) എന്ന ഉൾവിളിയും ദർശനവും കിട്ടിയ വ്യക്തിയുടെ ഈശ്വരാനുഭവം ഋഷി/ പ്രവാ ചകന്റെ ജ്ഞാനം.

ചലിക്കുന്ന നാദത്തിന് സ്വന്തമായൊരു ശക്തിയുണ്ട്. ഈ ചലന ത്തിന്റെ ഋതത്താലാണ് സംഗീതത്തിലെ ശ്രുതികൾ സംഭവിക്കു ന്നതും നാം അവ ഗ്രഹിക്കുന്നതും. നാദവും ശ്രുതിയും തമ്മിലുള്ള ബന്ധത്തിന്റെ അനുഭവം (Musical Experience) രണ്ട് വ്യത്യസ്ത അനുഭവം ചേർന്നതാണ്.

1. ബോധപൂർവ്വമല്ലാത്ത ഗണിതം

2. ശ്രദ്ധാപൂർവ്വമായ, ബോധപൂർവ്വമായ ജ്ഞാനം.

രസാനുഭവമെന്ന് അഭിനയഗുപ്തനെപോലുള്ള തന്ത്രശാസ്ത്രജ്ഞരും ബ്രഹ്മാനുഭവമെന്ന് ആദിശങ്കരനെപോലുള്ളവരും അദ്വൈതാനുഭവത്തെ വിളിയ്ക്കുന്നു. സിദ്ധാർത്ഥൻ ബോധിവൃക്ഷച്ചുവട്ടിലിരുന്ന് നിർവ്വാണം നേടിയപ്പോൾ കേട്ടത് അമൃതമുന്ദുഭിനാദമാണ് അദ്ദേഹം പറഞ്ഞു ഞാൻ അമൃതദുന്ദുഭീനാദം കേട്ടു. ഇനിയുള്ള എന്റെ ജീവിതദൗത്യം അതിന്റെ നാദത്തെ പ്രചരിപ്പിയ്ക്കലാണ്. ഈശ്വരാനുഭവം സിദ്ധാർത്ഥനെ ബുദ്ധനാക്കി. യോഗസമ്പ്രദായത്തിൽ കുണ്ഡലിനി ഉണരുന്ന യോഗിയുടെ ഒരനുഭവമാണ്. അമൃതദുന്ദുഭീനാദം. സ്വന്തം മനസ്സിന്റെ അഗാധസൂക്ഷ്മതലങ്ങളെ സ്പർശിക്കാൻ യോഗി ഉപയോഗിക്കുന്ന പ്രധാന മാർഗ്ഗങ്ങൾ (സ്വപ്ന ദർശനം, ധ്യാന യോഗം, അതീന്ദ്രിയാനുഭൂതി) മന്ത്രങ്ങൾ, നാദനുസന്ധാനയോഗം എന്നിവയെ ഉപയോഗിക്കുന്നവയാണ്. ശ്രുതി അഥവാ വേദപ്രാമാണ്യം സാമമന്ത്രങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച സംഗീതത്തിനുണ്ട്. ഇതാണ് രാഗചികിത്സയുടെയും വേദ (ശ്രുതി) പ്രാമാണ്യം.

പ്രമാണശാസ്ത്രം

ജ്ഞാനവും നാദം പോലെ ചലനാത്മകമാണ്. ജ്ഞാനസാഗരം, നാദസാഗരം മുതലായ രൂപകസമാസങ്ങളിൽ സാഗരത്തിന്റെ Vibrational wave motion AYhm Wave mechanics ഉമായി അഭേദം മനസ്സിലാക്കണം. ആഴം, പരപ്പ്, ഉള്ളിൽ മുത്തുകൾ, തരംഗചലനം എന്നിവ രണ്ടിനുമുണ്ട്. ചലനാത്മകമായ ഒഴുക്കിനാലാണ് സിന്ധു എന്ന പേര്. (സ്യന്ദനാത് സിന്ധുരുദകം) ഇന്ത്യക്കാർ സൈന്ധവർ

അഥവാ സിന്ധുക്കൾ എന്നും, ഇന്ത്യക്കാരുടെ ജീവിതസ്ഥാനം സിന്ധു സ്ഥാനമെന്നും, അവരുടെ സംസ്ക്കാരം സൈന്ധവമെന്നും അതിനാൽ അറിയപ്പെടുന്നു.

അകത്തുനിന്ന് പുറത്തേക്കും പുറത്തുനിന്ന് അകത്തേയ്ക്കും രണ്ടു ദിശകളിൽ സഞ്ചരിക്കുന്ന തരംഗചലനമാണ് നമ്മുടെ എല്ലാ ഇന്ദ്രിയസംവേദനവും എന്ന് സൈന്ധവർ ഗ്രഹിച്ചു. ഇതിനെ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രഭാഷയിൽ sensory, motor എന്ന് രണ്ടുചലനങ്ങളുടെ ആകത്തുക എന്നുപറയാം. ഉദാ- പുറത്തുള്ള വിഷയത്തിൽ നിന്ന് ഒരു ശബ്ദതരംഗം നമ്മിലേക്ക് പ്രവഹിച്ച് കർണ്ണചർമ്മം തൊട്ട്, നാഡീവ്യൂഹത്തിൽ വൈദ്യുത, കാന്തിക, രാസശക്തികളായി പരിണമിക്കുന്നു. (electro magnetic & chemical energy) ഇത് മസ്തിഷ്ക്ക കോശത്തിലെത്തുന്നു. ഇതുപോലൊരു ചലനം വിപരീതദിശയിൽ മസ്തിഷ്ക്ക കോശത്തിൽ നിന്ന് പുറത്തേക്കു പ്രസരിക്കുന്നു. ചെവി മാത്രമല്ല, എല്ലാ ഇന്ദ്രിയങ്ങളും ഈ തരംഗന്യായം ശരീരത്തിൽ അനുവർത്തിച്ചാണ് നമ്മുടെ ഇന്ദ്രിയപ്രത്യക്ഷം. ചില തരംഗങ്ങൾ അതി സൂക്ഷ്മങ്ങളാണ് (High frequency). അവയെ സ്ഥൂലന്ദ്രിയങ്ങൾക്ക് പിടിച്ചെടുക്കാനാവില്ല. അതിനേക്കാൾ ശക്തമായ മനസ്സ് എന്ന ഇന്ദ്രിയം വേണം. മനസ്സിനെ ശുദ്ധമാക്കി ഏകാഗ്രമാക്കി സൂക്ഷ്മധാരണയ്ക്ക് സന്നദ്ധമാക്കുന്ന ധ്യാനത്താലും സാംഖ്യയോഗത്താലും സൂക്ഷ്മതരംഗങ്ങളെ ഗ്രഹിക്കാൻ മനുഷ്യൻ പ്രാപ്തി നേടുന്നു. ഇതിന്റെ പേരാണ് യോഗപ്രത്യക്ഷം. മനസ്സിനും പിടിച്ചെടുക്കാനാവാത്ത അതിസൂക്ഷ്മമായ കാരണതരംഗങ്ങളുണ്ട്. മനസ്സും ബുദ്ധിയും എത്താത്ത ആ തലം അറിയാൻ സമാധിസ്ഥനായ ഋഷിയുടെ അദ്ധ്യാത്മദർശനം വേണം. ഇത് High Energy Voltage പോലെ ഒരപൂർവ്വശക്തിയാണ്. മേഘനാദമായി, സൗദാമി

നീസന്നിഭമായ രൂപമെന്ന് യോഗശാസ്ത്രം ഇതിനെ വിളിക്കുന്നു. (ഇടിയും മിന്നലും ചേർന്ന്) ഇത് വളരെ ശുദ്ധമനസ്ക്കരായ ഋഷി മാർക്കു മാത്രമെ താങ്ങാനാവൂ.

ഒരു സാധാരണ മനുഷ്യന് ഇന്ദ്രിയപ്രത്യക്ഷമാണ് കൂടുതൽ. ബുദ്ധ നെപ്പോലൊരു യോഗിയ്ക്ക് നാദാകാശമെന്നറിയുന്ന യോഗപ്രത്യ ക്ഷത്തിലെ ദുന്ദുഭിനാദം വരെ കേൾക്കാം. ഈശ്വരന്റെ ശ്രുതിദർന ത്തോട് ഏറ്റവും തൊട്ടടുത്ത് നിൽക്കുന്ന അവസ്ഥയാണത്. ഇന്ദ്രി യപ്രത്യക്ഷത്തിൽനിന്ന് യോഗപ്രത്യക്ഷത്തിലേക്കും, അവിടെനിന്ന് ഈശ്വരദർശനത്തിലേക്കും നയിയ്ക്കാൻ സഹായിക്കുന്നതാണ് നാദ ലയയോഗവും നാദാനുസന്ധാനവും മറ്റെല്ലാ ജ്ഞാനയോഗ പദ്ധ തികളും. കണാദന്റെ വൈശേഷികം പരമാണുക്കളുടെ സംഖ്യാ, ഗുണം എന്നിവയുടെ ഏറ്റക്കുറവനുസരിച്ചാണ് അജൈവ ജൈവ വസ്തുക്കളുടെ ഗുണപരിണാമം ഉണ്ടാവുന്നതെന്ന് സമർത്ഥിച്ചി ട്ടുണ്ട്, യൂറോപ്പിൽ ഹെഗലും മാർക്സും പിന്നീട് ആധുനിക ശാസ്ത്രവും ഇതിനെ തെളിയിച്ചു. ആധുനികരുടെ Quantum electrodynamics, Quantum chromo dynamics എന്നിവയോട് സമാനമാണ് സൈന്ധവരുടെ പരമാണു, തരംഗ രൂപത്തിലുള്ള വർണ്ണ, ധ്വനി സംഘാതങ്ങളുടെ പരിണാമമായ പ്രപഞ്ചോല്പത്തി. ഇതാണ് നാദ ത്തിന്റേയും രാഗത്തിന്റേയും ജ്ഞാനത്തിന്റേയും കാലത്തിന്റേയും പ്രമാണം.

പ്രമേയശാസ്ത്രം

തരംഗചലനം എവിടെ ഉണ്ടായി? എങ്ങനെ ഉണ്ടായി? നിഷ്ക്രിയാ കാശത്തിൽ ക്രിയ എങ്ങനെ ജനിച്ചു? അതിനെ മനുഷ്യമനസ്സും ബുദ്ധിയും എങ്ങനെ ഗ്രഹിക്കുന്നു? നാദബിന്ദു സ്ഫോടമായ പ്രപഞ്ച സർഗ്ഗം എന്തിന്, എന്ത്, എങ്ങനെ, എപ്പോൾ? എപ്പോ

ഴാണ് ഈ പ്രപഞ്ചത്തിന്റെ പൂർണ്ണ വിശ്രാന്തിലയമായ പ്രലയം? എപ്പോഴാണ് ഈ സംസാരത്തിൽ നിന്ന് പൂർണ്ണ സ്വാതന്ത്ര്യമായ മുക്തി അഥവാ ലയം? ആ ലയാനുഭവം അഥവാ രസാനുഭവം എന്ന ബ്രഹ്മാനുഭൂതി (ഭഗവദ്ഗീതയിൽ സാംഖ്യയോഗിയുടെ ബ്രാഹ്മീസ്ഥിതി എന്ന ജീവന്മുക്താവസ്ഥ) എങ്ങിനെയിരിക്കും?

ഇത്രയും ചോദ്യങ്ങൾക്ക് ഉത്തരം കണ്ടുപിടിക്കാനുള്ള ശ്രമങ്ങൾ, അതിനു വ്യത്യസ്ത വ്യക്തികൾ പല കാലത്ത് ഉപയോഗിച്ച വ്യത്യസ്തമാർഗ്ഗങ്ങൾ, അവർ കണ്ടെത്തിയ നിയമങ്ങൾ, മാർഗ്ഗങ്ങളിലും നിഗമനങ്ങളിലും അവർക്കുള്ള സാധർമ്മ്യവൈധർമ്മ്യങ്ങൾ- ഇതാണ് ഷഡ്ദർശനവും ഗണിതജ്യോതിശ്ശാസ്ത്ര വൈദ്യസംഗീതശാസ്ത്രങ്ങളും ഒക്കെ ഉൾപ്പെട്ട ഇന്ത്യയുടെ ശാസ്ത്രവും തത്ത്വചിന്തയും. ഈ interdisiciplinery അവബോധം കൂടാതെ ഇന്ത്യൻ രാഗചികിത്സയുടെ പ്രമേയം എന്തെന്ന് സംവദിക്കാനോ ഗ്രഹിക്കാനോ സാധിക്കില്ല. അതിനാൽ, ഇവയുടെ പ്രസക്തഭാഗങ്ങൾ പ്രായോഗികമായി ഉപയോഗിക്കാവുന്ന രീതിയിലുള്ള ഒരു പ്രയോജന ശാസ്ത്രമായി (വൈദ്യവും ജ്യോതിഷവുംപോലെ) സംഗീതവും ഇവിടെ രൂപപ്പെട്ട് ഉപയോഗപ്പെടുത്തിവന്നു.

ധർമ്മ ശാസ്ത്രം

ഏതു ശാസ്ത്രത്തിനും അതിനെ പ്രായോഗിക ജീവിതത്തിൽ ജീവിച്ചു കാണിക്കുക എന്ന ധർമ്മം (Ethics) ഉണ്ട്. ധർമ്മമെന്നാൽ ഒരു ഗുണവും ആ ഗുണത്തിന്റേതായ ഒരു ക്രിയയും ചേർന്നതാണ്. ഉദാ:- എനിയ്ക്ക് സാത്വികഗുണത്തിന് മുൻതൂക്കമുണ്ടെങ്കിൽ ഞാൻ ചെയ്യുന്ന ക്രിയയും സാത്വികമായിരിക്കും.

സാത്വികഗുണം+ സാത്വികക്രിയ= സ്വാതികധർമ്മം.

ധർമ്മി എന്നാൽ ധർമ്മത്തോടുകൂടിയ ഒരു വ്യക്തി. അഥവാ

സാത്വിക ഗുണവും സാത്വികക്രിയയും ചേർന്ന ഒരാളാണ് സാത്വികധർമ്മി. സാംഖ്യ ശാസ്ത്രത്തിന്റെയും ആയുർവ്വേദത്തിന്റേയും ഈ ത്രിഗുണാത്മകമായ ധർമ്മശാസ്ത്രമാണ് രാഗചികിത്സയും ഉപയോഗിക്കുന്നത്.

ഇതനുസരിച്ച് നാദധർമ്മം എന്ത്?

നാദത്തിന് ഒരു ഇന്ദ്രിയധർമ്മവും ഒരു അതീന്ദ്രിയ ധർമ്മവും നാം കണ്ടു.

ഇന്ദ്രിയധർമ്മമാണ് സാധാരണ Acoustics ചെവി എന്ന ഇന്ദ്രിയം, അത് രാജസമാണ്. മനുഷ്യബുദ്ധിമേൽ ഒരു നാദം ഉണ്ടാക്കുന്ന വർണ്ണം, ധ്വനി (Vibrational Chromodynamics) എന്നിവയെ ആശ്രയിക്കയാൽ അത് രാഗമാണ്. (ഇഷ്ടാനിഷ്ടങ്ങൾ- രാഗദ്വേഷങ്ങൾ ഉണ്ട്) മനുഷ്യമനസ്സിനെ രഞ്ജിപ്പിക്കുക, ഗതി അഥവാ ഗമന (ഗമക) ശീലം ഉണ്ടായതിനാലും രാഗരൂപമെടുത്ത നാദം രാജസവും ക്രിയാശീലവുമാണ്. അതേ സമയം നാദത്തിന് ഒരു സൂക്ഷ്മമായ അതീന്ദ്രിയതലവുമുണ്ട്. മൗനം- ചലനം- വീണ്ടും മൗനം എന്ന ഒരു ആവർത്തനാത്മകമായ ക്രമമുണ്ട്. മൗനം ബ്രാഹ്മീസ്ഥിതി, രാഗചലനം പ്രകൃതിലയം- ഇവ ആവർത്തിച്ചാവർത്തിച്ച് പ്രയോഗിക്കുന്ന നാദലയയോഗിയുടെ സൂക്ഷ്മമനസ്സിലാണ് ഈ അതീന്ദ്രിയമായ നാദാകാശം ജനിക്കുന്നത്. സ്വപ്നത്തിലും ജാഗ്രത്തിലും നാദത്തിലുമായി അപൂർവ്വനാദഗ്രഹണം, അപൂർവ്വദർശനം സംഭവിക്കുന്ന ഈ തലം വാസനാബലമായി നമുക്കെല്ലാവർക്കും കുട്ടിക്കാലത്തുണ്ട്. മുതിരുമ്പോൾ ഇന്ദ്രിയപ്രത്യക്ഷത്തിന്റെ തമസ്സും രജസ്സും വർദ്ധിച്ച്, ഈ സാത്വികശ്രുതിദർശനങ്ങൾ ഇല്ലാതാവുന്നു. സംഗീതാസ്വാദനം ഈ നാദഗ്രഹണദർശനങ്ങളെ, ശ്രുതികളെ നിരന്തരമാക്കി നിർത്തുന്നു. അതിശക്തമായ ഈ ലക്ഷണധർമ്മം കാണുന്നത്

നാഡീകേന്ദ്രങ്ങളിലും മസ്തിഷ്ക്കത്തിലുമാണ് (കൂടുതൽ നാഡീ കോശങ്ങളുള്ള സ്ഥാനങ്ങളിൽ) അതിനാൽ മൂലാധാരം- സഹ സ്രാരം വരെയുള്ള നാഡീവ്യൂഹകേന്ദ്രങ്ങളെ ശക്തി കേന്ദ്രങ്ങളായി യോഗ, തന്ത്ര, മന്ത്ര, ആയുർവേദ, ഗന്ധർവ്വവേദ ശാസ്ത്രങ്ങളെല്ലാം അംഗീകരിക്കുന്നു, പഠന വിധേയമാക്കുന്നു. ത്രിഗുണസമീകരണം, ത്രിദോഷസാമ്യം, എന്നിവ പ്രകൃതി ജന്യമായ വസ്തുക്കൾ, ഭക്ഷ ണം, കാലാവസ്ഥ, ഋതുരാഗങ്ങൾ എന്നിവ കൊണ്ടും ധ്യാനം, ഉപാ സന, മന്ത്രം, എന്നിവ കൊണ്ടുമൊക്കെ കൈവരിക്കാനുള്ള വ്യത്യസ്ത മാർഗ്ഗങ്ങളാണിവ. ഇവയുടെ ഒരു Integration ആണ് ഭാര തീയതത്ത്വചിന്ത. ശങ്കരാചാര്യർ സ്വരം കൊണ്ടുള്ള ചികിത്സയെക്കു റിച്ച് സ്വരം ത്രിദോഷസാമ്യം ചികിത്സയേവ ധാതുവൈഷമ്യമേവ എന്ന് ഛാന്ദോഗ്യം ഭാഷ്യത്തിൽ പറയുന്നു. ഈ പ്രാമാണ്യം, സ്വര നാദങ്ങളുടെ ധർമ്മം എന്നിവയെ ആധാരമാക്കിയാണ് എഴുസ്വരവും 22 ശ്രുതിയും ഉപയോഗിക്കുന്ന 72 മേളകർത്താരാഗങ്ങൾ എല്ലാ നാഡീവ്യൂഹചക്രങ്ങൾക്കും, രാശിചക്രങ്ങൾക്കും അനുപാതത്തിൽ ഗണിതവിധിയനുസരിച്ച് ഒരു യൂണിറ്റായി, പ്രമാണമായി സ്വീകരി യ്ക്കപ്പെട്ടിട്ടുള്ളത്. ആധുനികവൈദ്യ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ സങ്കേതങ്ങൾ ഉപയോഗിച്ച റിസർച്ചിലും എല്ലാ ന്യൂറോ സൈക്കോ ഇമ്യൂണോള ജിക്കൽ പ്രതിഭാസങ്ങളുടേയും സമതുലനാവസ്ഥ എന്ന ഹോമി യോസ്റ്റാസിസ് തന്നെയാണ് സംഗീതത്തിന്റെ ശമനശക്തി എന്ന തിന് തെളിവുകളുണ്ട്.

ഇന്റർ ഡിസിപ്ലിനറി/ മൾട്ടിഡിസിപ്ലിനറി മാർഗ്ഗമെന്നോ ഹോളിസ്റ്റിക്ക് സമീപനമെന്നോ വിളിക്കാവുന്ന ഇന്റഗ്രേറ്റഡ് മെഡി സിന്റെ തലത്തിൽ തികച്ചും ഭാരതീയമായ സംഗീതശാസ്ത്രത്തെ, ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രം, ക്വാണ്ടം ഫിസിക്സ് തലങ്ങളിലെ

റിസർച്ച് മാർഗ്ഗങ്ങളോട് സമന്വയിപ്പിച്ചും, റിസർച്ച് മെത്തേഡോളജി ഉപയോഗിച്ചും, പ്രായോഗിക പദ്ധതിയാക്കി ആവിഷ്ക്കരിച്ച് പൊതു ജനങ്ങൾക്കും അക്കാദമിഷ്യന്മാർക്കും ചികിത്സകർക്കും സംഗീത ജ്ഞർക്കും എല്ലാം ഉപകാരമാകുന്ന വിധത്തിലാണ് ഞാൻ രാഗചി കിത്സാ പൊജക്റ്റുകളും പ്രോട്ടോക്കോളുകളും ആവിഷ്ക്കരിച്ചിട്ടു ള്ളത്.

1. സൈദ്ധാന്തികമായ ഒരു ഉറച്ച അടിത്തറ- (ഇന്ത്യൻശാസ്ത്രം, പാശ്ചാത്യശാസ്ത്രം)
2. പ്രായോഗികമായി അതു നടപ്പാക്കാനുള്ള ഒരു പദ്ധതി- (ഇന്ത്യൻ സംഗീതം ഉപയോഗിച്ച്)
3. അതിന്റെ പ്രയോജനത്തെക്കുറിച്ച് പൊതുജനബോധവൽക്കരണ പരിപാടികൾക്കായി ഗ്രന്ഥരചനകൾ, പ്രഭാഷണങ്ങൾ, സെമി നാറുകൾ- ചർച്ചകൾ.

ശാരീരികവും മാനസികവും ബൗദ്ധികവും ആത്മീയവുമായി ആരോഗ്യമുള്ളവരും, ഭേദഭാവനകൾ ഇല്ലാത്തവരും, ശാന്തമായി സമാധാനമായി തന്നെപ്പോലെ ഈ പ്രപഞ്ചത്തിലെ സർവ്വചരാച രങ്ങളേയും സ്നേഹിക്കുന്നവരുമായ ഒരു ജനതയിലൂടെ ലോകസ മാധാനം എന്ന ലക്ഷ്യത്തിനായി ശാന്തിയുടെ സന്ദേശമായ രാഗ ചികിത്സ എല്ലാവരിലും എത്തിയ്ക്കാൻ ഈ മൂന്നു മാർഗ്ഗങ്ങൾ ഞാൻ ഉപയോഗപ്പെടുത്തിയിട്ടുണ്ട്. ഈ പുസ്തകം വഴി ആ സന്ദേശം കൂടുതൽ പേരിൽ എത്തിയ്ക്കാൻ കഴിയട്ടെ.

സംഗീതചികിത്സയുടെ പ്രാമാണ്യം
(കിഴക്കും പടിഞ്ഞാറും)

ഭാരതത്തിൽ ഏതു ശാസ്ത്രശാഖയ്ക്കും ഏതു കലാരൂപത്തിനും ചില പ്രമാണങ്ങളുണ്ട്.

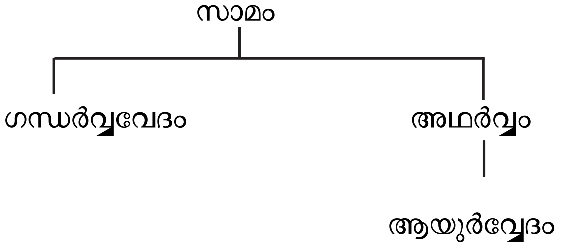
1. ശ്രുതി പ്രാമാണ്യം. അപൗരുഷേയമായി ഗുരുകുലങ്ങൾ വാമൊഴിയിലൂടെ പകർന്നുതന്ന വേദമാണ് ശ്രുതി.
2. സ്മൃതിപ്രാമാണ്യം. പൗരുഷേയമായി, പരമ്പരപരമ്പരയായി വംശങ്ങളിലെ മാതാപിതാക്കൾ, പ്രപിതാമഹാക്കൾ എന്നിങ്ങനെ പൂർവ്വിക വംശപരമ്പരകളിലൂടെ മക്കൾക്കും മരുമക്കൾക്കും പകർന്നുകിട്ടിയത്. ഇതും വാമൊഴിതന്നെ. പക്ഷെ ഓരോ വംശത്തിലെ പൂർവ്വികർ തന്നതാണ്. അതിനാൽ അപൗരുഷേയമല്ല. ഇതിൽ കാലം, വംശം, ദേശം എന്നിവയനുസരിച്ച് സാമ്പ്രദായികതയ്ക്കും, നിയമങ്ങൾക്കും മാറ്റംവരും അതിനാൽ സ്മൃതിയുടെ പ്രമാണം ശ്രുതിയാണ്
3. ഷഡ്ദർശനങ്ങളുടെ പ്രാമാണ്യം.
   a) ന്യായം (logical relism)-കൊണ്ട് താർക്കികമായി യുക്തിപരമായി അപഗ്രഥനം.
   b) സാംഖ്യം (Evolutionary dualism) കൊണ്ട് രണ്ടെണ്ണത്തെ സാധർമ്മ്യ വൈധർമ്മ്യ വിചാരം ചെയ്ത് ഏകത്തെ അറിയുന്ന രീതി.
   c) യോഗം- ജ്ഞാനം (സാംഖ്യം) കിട്ടാൻ അനുവർത്തിയ്ക്കേണ്ട സസിഷ്ഠാപൂർവ്വമായ ഏകാഗ്രധ്യാനം, ധാരണ, സമാധി. Methodology for attaining harmony of knowledge/

wisdom.

d) വൈശേഷികം (Realistic pluralism) മൂലകാരണത്തെ വിചിന്തനം ചെയ്ത് അറിഞ്ഞ് അതിൽ നിന്ന് അനേകം ഉണ്ടായതെങ്ങനെ എന്ന് മനസ്സിലാക്കുന്ന ശാസ്ത്രരീതി.

e) മീമാംസ 1) പൂർവ്വമീമാംസ (ധർമ്മചിന്ത) 2) ഉത്തരമീമാംസ (വേദാന്തം) ജ്ഞാനമീമാംസ.

ആയുർവ്വേദം അഥർവ്വവേദത്തിന്റെ ഉപവേദമാണ്. സാമവേദമന്ത്രങ്ങൾകൊണ്ട് എങ്ങനെയെല്ലാം ആരോഗ്യം കൈവരിച്ചു/ കൈവരിയ്ക്കാം എന്ന് ആയുർവ്വേദം ഒരു ശാസ്ത്രമായി വികസിച്ച പാതയാണ് അഥർവ്വ വേദത്തിൽ കാണുക. മീംമാംസഒഴികെയുള്ള മറ്റെല്ലാ പ്രാമാണ്യവും ആയുർവ്വേദം ഉപയോഗിക്കുന്നുണ്ട്. ദർശനങ്ങളിൽ സാംഖ്യ, യോഗ, ന്യായ, വൈശേഷിക പ്രാമാണ്യം ആയുർവ്വേദത്തിനുണ്ട്. ഗന്ധർവ്വ വേദം സാമവേദത്തിന്റെ ഉപവേദമാണ്.



ശബ്ദശാസ്ത്രം, യോഗം, സാംഖ്യം എന്നിവയുടെ പ്രാമാണ്യമുണ്ട് സംഗീതത്തിന്. സാംഖ്യം, യോഗം എന്നിവ രണ്ടിനും ആധാരമാണ്. ത്രിഗുണ/ ത്രിദോഷ സാമരസ്യം/ അതിന്റെ ഭംഗം കൊണ്ടുവരുന്ന മാറ്റം, അതിനെ സമരസപ്പെടുത്താനുള്ള മാർഗ്ഗം എന്നിങ്ങനെ സാംഖ്യ, യോഗപദ്ധതിപ്രകാരം ഉണ്ടായവയാണ് ആയുർവ്വേദവും സംഗീതവും. പിണ്ഡം (matter) അഥവാ ഭൗതികശരീരം, ജീവൻ,

പ്രാണൻ, മനസ്സ്, ശബ്ദപ്രകാശ രൂപമായി സൂര്യനിൽ നിന്നു കിട്ടുന്ന ഊർജ്ജം (720000 നാഡികളിലൂടെ) അതിനെ നാഡീമണ്ഡലത്തിൽ സമരസപ്പെടുത്തൽ- ഇതാണ് സാംഖ്യ, യോഗപദ്ധതികളുടെ കാതൽ. നാദലയയോഗം, ലയയോഗം എന്നൊക്കെ പറയുന്നതാണ് രാഗചികിത്സ.

അഷ്ടാംഗ സംഗ്രഹത്തെക്കുറിച്ച് ശ്രീ രാഘവൻ തിരുമുൽപാട് എഴുതിയ ഗ്രന്ഥത്തിൽ (കേരള ഭാഷാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട്) ഔഷധങ്ങളെ ദ്രവ്യം, അദ്രവ്യം എന്ന് രണ്ടായി തിരിച്ചതായി പറഞ്ഞു കാണാം. (ത്രിമാനം (നീളം, ഉയരം, വോള്യം- ദൈർഘ്യം/ മന്ദ്രതാരം) ഉള്ളതിനാൽ സ്വരം അരൂപവും സൂക്ഷ്മവുമായ ദ്രവ്യം (കണതരംഗം), തന്നെയാണ്, കണാദദർശനത്തിൽ) ഇതിൽ അദ്രവ്യത്തിലാണ് പ്രണവം, ശബ്ദം, സംഗീതം, മന്ത്രം ഇവകൊണ്ടുള്ള ഔഷധം പെടുന്നത്. സാമമന്ത്രങ്ങൾകൊണ്ട് ഇങ്ങനെ ഒട്ടനവധി രോഗങ്ങൾ മാറ്റാമെന്ന് വേദത്തിൽത്തന്നെ ഉണ്ട്. (ചിലതെല്ലാം എന്റെ ംശവേീൗ മ ൌോയഹല എന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ ഝൗീലേ ചെയ്തിട്ടുണ്ട് കാണുക) ഗായകശബ്ദം വാതപിത്ത കഫാനുപാതമനുസരിച്ച് വ്യത്യസ്തമാകുമെന്നും ഇതനുസരിച്ച് കേൾക്കാനുള്ള സുഖം വ്യത്യാസപ്പെട്ടിരിക്കുമെന്നും കാണാം.

വാതപ്രധാനമായ ശബ്ദം രൂക്ഷം (high dry voice)

പിത്തപ്രധാനമായ ശബ്ദം ഗംഭീരവും വ്യക്തവും (deep full clear)

കഫ പ്രധാനമായ ശബ്ദം മധുരം, മൃദുലം, സ്നിഗ്ദ്ധം (creamy, soft, sweet)

സന്നിപാതജം മിശ്രമായത്

നാദം/ സംഗീതം യോഗാനന്ദം (creative bliss)

നാദം/ സംഗീതം ഭോഗാനന്ദം (emotive bliss)

നാദം/ സംഗീതം ബോധാനന്ദം (cognitve bliss)
ഇത് മൂന്നും ഉണ്ടാക്കുന്നു
സംഗീത ദാമോദരം നാദരൂപം പരംജ്യോതി എന്നുപറയുന്നു. നാദോർജ്ജം പഞ്ചഭൂതങ്ങളിലും ജ്യോതിസ്വരൂപമായി അടങ്ങിയിട്ടുണ്ട്. അതുകൊണ്ടാണ് നാദപ്രപഞ്ചസൃഷ്ടി. ഭൂമി അഥവാ പൃഥിയുടെ സാന്ദ്രത (density), ജലത്തിന്റെ ഒഴുക്ക്/ ഗതി അഥവാ സ്യന്ദനം, അഗ്നിയുടെ പ്രകാശവും ചൂടും, നാദവും, വായുവിന്റെ സഞ്ചാരം ഇതൊക്കെ നാദോർജ്ജം കൊണ്ടാണ്. വായുവിന്റെ സർവ്വഗതത്വം കൊണ്ടാണ് നാദോർജ്ജം കോസ്മിക്ക് തലത്തിൽ നിന്ന് നമ്മുടെ ശരീരത്തിലേക്ക്, രണ്ടിലേയും നാഡീമണ്ഡലങ്ങൾവഴി നേരിട്ടു പ്രവഹിക്കുന്നത്. അതുകൊണ്ടാണ് നാദബ്രഹ്മത്തെ നമുക്ക് നല്ല ഗായകരുടെ പ്രാണോർജ്ജത്തിലൂടെ, നാദലയയോഗമായി അനുഭവിക്കാനും, അങ്ങനെ നമ്മുടെ മനസ്സും ബുദ്ധിയും ശരീരവും പ്രചോദിപ്പിക്കപ്പെടാനും, പ്രതികരിയ്ക്കാനും കാരണമാവുന്നത്.
അഞ്ചാമത്തെ ഭൂതമായ ആകാശം ബ്രഹ്മലിംഗം തന്നെയാണ് (ബ്രഹ്മസിന്ധു. ബ്രഹ്മസൂത്രത്തിന്റെ ഭാഷ്യം) അനന്ത വിസ്ത്രതമായ അത് സർവ്വഗവുമാണ്. നാദതരംഗപ്രകാശരൂപത്തിൽ അത് എങ്ങും വ്യാപിക്കുന്നു. (വിഷ്ണു = വിശ്വം - വ്യാപന ശീലം)
സ്വരം കൊണ്ട് പഞ്ചഭൂതങ്ങളെ നിയന്ത്രിക്കാൻ സാധിക്കുന്നു. ത്രിഗുണങ്ങളെ സാമ്യാവസ്ഥയിലെത്തിയ്ക്കാൻ സാധിയ്ക്കുന്നു. നാദതത്ത്വത്തെ ഒരു പ്രത്യേക ക്രമത്തിൽ sequention ആയ സ്വരങ്ങളിലൂടെ, 22 ശ്രുതികളിലായി, താളാത്മകമായി ഉപയോഗിച്ച് ഭാവരസപ്രാപ്തിയും ലയവും (ചിത്തലയം- നാദലയം) ഉണ്ടാക്കുന്ന ഒരു പ്രത്യേക ധ്യാന പദ്ധതിയാണ് സംഗീതത്തിന്റേത്. ഋഷഭസ്വരം

മാത്രം കൃത്യമായി, ശരിയായ രീതിയിൽ പ്രയോഗിച്ചാൽ വാതം ഉണ്ടാവില്ലെന്ന് മനോരമ ശർമ്മ (Music Therapy) ഒരു പഴയ ഗ്രന്ഥം ഉദ്ധരിച്ച് പറഞ്ഞിരിക്കുന്നത് കണ്ടു.

സാമവേദത്തിലെ ഗായന വിധാനത്തിൽ ഇങ്ങനെ സംഗീതം കൊണ്ട് ചികിത്സചെയ്ത് സുഖപ്പെടുത്തുന്നതായി കാണാം. അശ്വിനീകുമാരന്മാരുടെ ഭൈഷജതത്വത്തിൽ 4 തരമാണ് ഭൈഷജം (medicine)

1. പവനൗകം - കാറ്റ്

2. ജലൗകം - ജലം

3. ഖന്യത്രംകം- കാടിലെ ഔഷധി വനസ്പതി, ഖനികളിലെ വസ്തുക്കൾ, മറ്റ് പഞ്ചഭൂതാത്മകദ്രവ്യങ്ങൾ (ഉപ്പ്/ മണി/ രത്നം/ സ്വർണ്ണം/ ലോഹം ജന്തുക്കളിൽനിന്നുള്ളത്)

4. ശാബ്ദികം - ശബ്ദം/ നാദം/മന്ത്രം/ സംഗീതം

ശബ്ദകൗതുഹലമെന്ന ഗ്രന്ഥത്തിൽ 3 അദ്ധ്യായത്തിലായി 4000 ശ്ലോകമുണ്ട്

അദ്ധ്യായം1. ശാബ്ദിക ഭേഷജം (വായ്പാട്ടുകൊണ്ട് ചികിത്സ)

അദ്ധ്യായം 2. വീണ, തന്ത്രി, പണവം, ശംഖം, ഭേരി, മൃദംഗം, മഞ്ജീരം, ഓടക്കുഴൽ ഇവകൊണ്ട്.

അദ്ധ്യായം 3. ധ്യാനം, മനനം,കീർത്തനം- കീർത്തനം ശ്രദ്ധിക്കുന്നതുകൊണ്ടുള്ള രോഗശമനം.

മാർഗ്ഗി എന്നത് അനുഷ്ഠാന പ്രധാനവും ദേശി എന്നത് കലാപ്രാധാനവുമായ സംഗീതമാണ്. മാർഗ്ഗി വൈദികാനുഷ്ഠാനവും ട്രൈബൽ അനുഷ്ഠാനവുമാണ്. ദേശി അതാതു ദേശത്ത് ആളുകൾ ഇഷ്ടപ്പെടുന്നതും കാലാനുസൃതവുമായ പോപ്പുലർ സംഗീതമാണ്. ഇതിന് മാറ്റം വരും (സ്മൃതി പോലെ). മാർഗ്ഗിയ്ക്ക് മാറ്റമില്ല

ഇതു രണ്ടും ചേർന്നതാണ് മനുഷ്യജീവിതം. രണ്ടും ഉപയോഗിച്ചു കൊണ്ടാണ് എന്റെ രീതി.

സാമവേദത്തിൽ ഗാനങ്ങളെ നാലായിതിരിച്ചിട്ടുണ്ട്.

1. ഗ്രാമഗേയം 2. ആരണ്യഗേയം 3. ഊഹഗാനം 4. ഊഹഗാനം ഗ്രാമത്തിൽ പാടുന്നത്, കാട്ടീൽ പാടുന്നത്,- എന്നല്ലാതെ മാർഗ്ഗി, ദേശി എന്ന് പറഞ്ഞിട്ടില്ല. കാട്ടിലെ ആരണ്യകരാണ്, നാട്ടിലെ ഗ്രമ ത്തേക്കാൾ പൂർവ്വികർ. അതിനാൽ ആരണ്യകരുടെ സംഗീതം അഥവാ അനുഷ്ഠാനപ്രധാനമായ കലയാണ് മാർഗ്ഗി. ഗ്രാമീണ ജന തയുടെ ദേശീയ പ്രാധാന്യം/ വ്യത്യസ്തതകൾ ഉള്ള കലാപ്രാധാ നവും മാറ്റമുള്ളതുമായ പോപ്പുലർ സംഗീതം ദേശി. എല്ലാ രാഗ ങ്ങളും ഉപയോഗിക്കാം. എല്ലാത്തിനും healing power ആർക്ക് എന്തിന് എങ്ങനെ എന്തുകൊടുക്കുന്നു, അതുകൊണ്ട് എന്തു പ്രയോജനം കിട്ടി എന്നതാണ് ഡോക്ടറെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം പ്രധാനം. അതിന് നാം ആവിഷ്ക്കരിച്ച പദ്ധതി, അതിന്റെ പിന്നിലെ പ്രയത്നം എന്നിവയും പ്രധാനമാണ്.

Indian Musicological society പ്രസിദ്ധീകരിച്ച psychology of music ൽ psychology of music രണ്ടു ലേഖനങ്ങൾ മാനസികാരോഗ്യമേഖലയെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം പ്രസക്തമാണ്. Asok R Kelkar ന്റെ Understanding music and scope for spychological എന്ന ലേഖനം സംഗീത സംസ്ക്കാരത്തിന് 4 ഘടകങ്ങൾ കാണുന്നു.

1. സംഗീതവാസന (Receptivity)
2. സംഗീതസൃഷ്ടി (Creation and Rendering)
3. സംഗീതത്തിന്റെ ഐഡിയോളജി ഫിലോസഫി
4. സംഗീതപരമായ കർമ്മം അഥവാ Activity നാലും ചേർന്നതാണ് സംഗീതസംസ്ക്കാരം. സംഗീതവാസന, സംഗീതസൃഷ്ടി എന്നിവ

വ്യക്തിപരമായ ജനിതക/ സാഹചര്യങ്ങൾ കൊണ്ടാണെങ്കിലും, അതിന് സമ്പ്രദായത്തിന്റെ ഒരു സംസ്ക്കാരം (Sensibility of Tradition), പ്രാദേശികഭാഷ എന്നിവയും കാരണമാകുന്നുണ്ട്. വാസന യുള്ള കുട്ടിയെ ആ സമ്പ്രദായത്തിൽ നിന്നും ഭാഷയിൽ നിന്നും അകറ്റി, മറ്റൊരു രാജ്യത്തു കൊണ്ടുപോയിട്ടാൽ പൂർണ്ണമായ സംഗീത വ്യക്തിത്വം ഉണ്ടാവാൻ അത് തടസ്സമാവും. സംഗീത ത്തിന്റെ ഘടന, ശൈലി, ഭാവം, രസം, സംഗീതജ്ഞന്റെ കഴിവ് എന്നിങ്ങനെ പലതും ഒരാളുടെ സംഗീതവ്യക്തിത്വത്തെ വളർത്തു കയൊ തളർത്തുകയൊ ചെയ്യാം

സോമനാഥ് ഭട്ടാചാര്യയുടെ Psychoanalysis and creativity with special reference to musical creativity യാണ് രണ്ടാമത്തെ ലേഖനം. സൃഷ്ടിപരത എന്നാൽ ഒരു താഴ്ന്ന വികാരത്തെ ഉദാത്തമാക്കി മാറ്റാൻ സഹായിക്കുന്ന ഒന്നാണെന്ന് അദ്ദേഹം നിർവചിക്കുന്നു. ഹിംസാത്മകവാസനകളെ ഇല്ലാതാക്കുക, വിഷാദഭാവങ്ങളെ ഇല്ലാ താക്കുക, അധമത്വമനോഭാവം, കുറ്റബോധം മുതലായവ നീക്കുക, കാമ ക്രോധ ലോഭ മോഹ മദമത്സര്യങ്ങൾ നീക്കി മനസ്സ് ശാന്തമാ ക്കുക ഇതൊക്കെയാണ് ഉദാത്തവൽക്കരിക്കപ്പെട്ട വികാരത്തിന്റെ ലക്ഷണം ഇതിന് സഹായിക്കുന്നതാണ് സംഗീതം.

1949ൽ കാൾ ഗുസ്താവ് യുങ് നാലുതരം സൈക്കിക്ക് കർമ്മങ്ങൾ വെച്ച് 4 തരം വ്യക്തിത്വങ്ങളെ നിർവ്വചിയ്ക്കയുണ്ടായി.

1. ചിന്താപ്രാധാന്യം (Thinking Type) യുക്തിവാദി/ ബുദ്ധിജീവി.

ബഹിർമ്മുഖ പ്രധാനി- ശാസ്ത്രജ്ഞന്മാർ- പുറം ലോകത്തെ വസ്തുക്കളെ ക്രോഡീകരിക്കുക, ഡാറ്റ ശേഖരിക്കുക, പരീക്ഷണം നടത്തുക.

അന്തർമ്മുഖപ്രധാനി- തത്ത്വജ്ഞാനികൾ, ആന്തരലോകത്തെ

ആശയങ്ങൾ, സിദ്ധാന്തങ്ങൾ, തത്ത്വങ്ങൾ, ബോധം എന്നിവയെ മനനം ചെയ്യുന്നു. ശാസ്ത്രജ്ഞർ പറഞ്ഞതിനൊക്കെ തത്ത്വജ്ഞാനി വിശദീകരണം തരും. തത്ത്വ ജ്ഞാനി പ്രവചിച്ചതൊക്കെ ശാസ്ത്രജ്ഞർ കണ്ടുപിടിക്കും.

2. വൈകാരികപ്രാധാനം (feeling type) - മൂല്യം കണ്ടെത്തി നിർണ്ണയിക്കുന്ന പ്രക്രിയയിൽ ഏർപ്പെടുന്നു.

ബഹിർമുഖപ്രധാനി- ഇവരെ തീയേറ്ററുകളിലും, സംഗീതസഭകളിലും, പ്രസംഗ/ മതപ്രബോധന ശാലകളിലും എല്ലാം കാണാം ഇവർ കുറ്റവും കുറവും കാണുന്നു. ആസ്വദിക്കയും ചെയ്യും.

അന്തർമുഖപ്രധാനി- അത്തരം സ്ഥലങ്ങളിലൊന്നും അവരെ കണ്ടെന്നുവരില്ല അവർ അവയെല്ലാം ആന്തരമായി ആസ്വദിക്കയും, പുതിയത് സൃഷ്ടിയ്ക്കയും ചെയ്യുന്നവരാണ്. വളരെ ആന്തരമായ ബന്ധമുള്ള കവിതാത്മകമായ രീതിയിലാണ് അവരുടെ ആസ്വാദനം, പ്രതികരണം, സൃഷ്ടി. കവി/ നിരൂപകൻ

3. Sensing type (Reality function)

ബഹിർമ്മുഖപ്രകൃതി- നല്ല സംഗീതം, നല്ലഭക്ഷണം, നല്ലപ്രകൃതി, വൈൻ, എല്ലാ ആഡംബരങ്ങളും ആസ്വദിച്ച് ജോളിയടിച്ച് നടക്കുന്ന തരക്കാർ.

അന്തർമുഖപ്രകൃതി- ഒരു നല്ല സംഗീതജ്ഞൻ- ഇത്തരം എല്ലാ വൈകാരികസന്ദർഭങ്ങളും അനുഭവിക്കുമ്പോഴും ആ അനുഭവം തന്റെ ഉള്ളിൽ ഉണ്ടാക്കിയ ഭാവരസങ്ങൾക്കാണ് കൂടുതൽ പ്രാധാന്യം കൊടുക്കുക. ബാഹ്യവസ്തുക്കൾക്കല്ല. ആ ആന്തരഭാവങ്ങളെ, ആ സന്ദർഭങ്ങളെ തന്റെ സംഗീതത്തിലൂടെ ആവിഷ്ക്കരിക്കുക എന്ന subjective release/rendering of Bhaava ആണ് പ്രധാനം. ഒരു നല്ല പെയിന്റർ ഒരു പ്രകൃതി ദൃശ്യം പകർത്തുമ്പോഴും

ഇതാണ് ചെയ്യുന്നത്.

4. Intuitive type അന്തർദൃഷ്ടിയുള്ളവർ ഇവർ ഏതു വസ്തുക ണ്ടാലും അതിന്റെ സാരം അന്തർല്ലോചനത്തിൽ അറിയുന്നു.

ബഹിർമുഖപ്രധാനി- അനേകം possibilities കാണുന്നു. നല്ല Inter personal ബന്ധങ്ങൾ ഉണ്ടാക്കും. ചുറ്റുമുള്ളവരെ പ്രചോദിപ്പിക്കും

അന്തർമുഖപ്രകൃതി- സ്വന്തമായ ഒരു പ്രപഞ്ചത്തിൽ ആശയം, ബിംബം, ദർശനങ്ങൾ ഇവയുമായി കഴിയുന്നു. നല്ല് ലീഡർഷിപ്പ് ഗുണങ്ങളില്ല. പ്രചോദിപ്പിക്കാനുള്ള കഴിവ് കുറവ്

ഈ പറഞ്ഞതിന്റെയെല്ലാം ഒരു മിശ്രമാണ് മനുഷ്യപ്രകൃതി പല പ്പോഴും. ചിന്ത, വികാരം, പ്രായോഗികബുദ്ധി, അന്തർദൃഷ്ടി എന്നിവ പല അനുപാതത്തിൽ അന്തർമുഖവും ബഹിർമുഖവുമായി നമ്മിൽ ഉണ്ട്.

മനസ്സിനെ പതഞ്ജലി ക്ഷിപ്തം, വിക്ഷിപ്തം, മൂഢം, നിരോധം, ഏകാഗ്രം എന്നൊക്കെ പറഞ്ഞിരിക്കുന്നതു കാണാം. ഏകാഗ്രം (concentated) അഥവാ ശ്രദ്ധയുള്ള മനസ്സിന്റെ മറുധ്രുവമാണ് ക്ഷിപ്തം. ഒട്ടും ഏകാഗ്രതയോ ശ്രദ്ധയോ ഇല്ലാത്ത മനസ്സ് എന്നർത്ഥം. വിക്ഷിപ്തവും ഏകാഗ്രതയില്ലാത്തതാണ്. അത് ഒന്നു വിട്ട് ഒന്നിലേക്ക് ചാടുന്ന Distracted മനസ്സാണ്. മൂഢമെന്നാൽ ഒട്ടും ഗ്രാഹ്യശേഷിയില്ലാത്ത (complete inertia) മനസ്സ്. ഇതു മൂന്നും ഉള്ള ആളുകൾ ജ്ഞാനത്തിന് അധികാരമില്ലാത്തവരാണ് എന്നതി നർത്ഥം, അവർക്ക് ജ്ഞാനം കിട്ടുന്നില്ല എന്നാണ്. ഗ്രഹിയ്ക്കാ നോ, ഓർമ്മിക്കാനോ, മനനംചെയ്യാനോ അത്തരം മനസ്സിന് സാധി യ്ക്കില്ല. ചിത്തവൃത്തിനിരോധം ചെയ്യുന്ന മനസ്സിനെ നിരോധം എന്നുവിളിക്കുന്നു. ഇത് ഏകാഗ്ര ശ്രദ്ധയിലേക്കും ജ്ഞാനത്തിലേ യ്ക്കുമുള്ള ആദ്യത്തെ പടിയാണ്. ഏകാഗ്രമനസ്സിന്റെ മൂന്നുഭാവ

ങ്ങളാണ് ധ്യാനം, ധാരണ, സമാധി എന്നിവ. സംഗീതത്തിൽ ഏകാഗ്രമനസ്സിന്റെ ധ്യാന, ധാരണ, സമാധി അനുഭവമാണ് ചിത്തലയം അഥവാ നാദലയ യോഗം. (ഇത് കണ്ടീഷൻഡ് റിഫ്ലക്സിൽ അധിഷ്ഠിതമായ ഒരു ബിഹേവിയറൽ അപ്രോച്ച് അല്ല എന്ന് ശ്രദ്ധിക്കുക) പാതഞ്ജല യോഗത്തിന്റെ അത്യുദാത്തമായ നാദബ്രഹ്മ സാധനയിലൂടെ ത്രിദോഷ സാമ്യം വരുത്തി, Therapeutic/ prophylactic/ developmental രംഗങ്ങളിൽ പരീക്ഷിയ്ക്കപ്പെട്ട അദ്രവ്യമായ ശാബ്ദികഭേഷജത്തിന്റെ പ്രാമാണ്യം ഇപ്രകാരം പാശ്ചാത്യപൌരസ്ത്യ സിദ്ധാന്തങ്ങൾ കൊണ്ടെല്ലാം തെളിയിയ്ക്കാവുന്ന ഒന്നാണ്. മനസ്സിന്റെ ശ്രദ്ധ മനസ്സിന് തന്നിൽത്തന്നെയും ശരീരത്തിലും healing വരുത്താനുള്ള ബുദ്ധിയുടെ വിഭൂതിയാണ്. രാഗദ്വേഷങ്ങളാകുന്ന കഷായങ്ങൾ (സംസാരം) നീക്കാൻ രാഗമാകുന്ന അമൃത് നൽകുന്നതാണ് സാമസംഗീതവും യോഗവും ചേർന്ന ശാബ്ദിക ഭേഷജം രാഗത്തിന്റെ അമൃതരസം, അതിന്റെ ഭാവത്തിലാണ്. അത് അനുഭവിയ്ക്കുമ്പോൾ നാഡീകോശങ്ങളിലും നാഡീമണ്ഡലകേന്ദ്രങ്ങളിലും അവയുടെ ഉറവിടവും നിയന്ത്രണസ്ഥാനവുമായ മസ്തിഷ്ക്കത്തിലും ഉണ്ടാവുന്ന മാറ്റങ്ങൾ (EEG, hormon, chemical, electro magnetic) കൊണ്ട് ശാന്തി ഉണ്ടാവുന്നു. ഈ തത്വമാണ് രാഗചികിത്സയിലൂടെയുള്ള നാദലയയോഗത്തിൽ പ്രയോഗിക്കുന്നത് (For normally developel & mentally handicapped children, for slow learner- Cyril Burt 1969, Slue 1970, ഓർമ്മക്കുറവ്, stress, anxyty, depression, anxyty meuosim എന്നിവ ഉള്ളവർക്ക് - ജയ്ദീപ് ചക്രവർത്തി- കൽക്കത്ത) പാശ്ചാത്യനാടുകളിൽ ഇന്ത്യയിലുള്ളപോലെ ഒരു സംഗീതം ഇല്ല. അതുകൊണ്ട് അവർ അവരുടെ സംഗീതം വെച്ച് റിസർച്ച് നടത്തുന്നു. ഇന്ത്യയിലെ ആളുകൾക്ക് ഇന്ത്യൻ സംഗീതം കൂടു

തൽഫലം ചെയ്യും. അതിന്റെ റിസർച്ച് നമ്മൾ നടത്തണം. എല്ലാ ആസ്പത്രികളും, യൂണിവേഴ്സിറ്റികളും ഇത്തരം റിസർച്ചിന് മുൻകൈഎടുത്ത് പ്രവർത്തിക്കണം. ഡാറ്റ കൂടുതൽ ശേഖരിക്കാനും, പരസ്പരം ഡാറ്റ പങ്കിടാനും ഈ വിഷയത്തിൽ കൂടുതൽ കൂടുതൽ റിസർച്ച് നടക്കേണ്ടതുണ്ട് അതേ സമയം, ഓരോ വ്യക്തിയ്ക്കും (ഡാറ്റ ശേഖരിക്കാനല്ലാതെയും) സ്വയം പരീക്ഷിച്ചു നോക്കാവുന്നതും സ്വയം heal ചെയ്യാവുന്നതുമാണ് സംഗീതം. ഒരു പോപ്പുലർ മാസ് movement ആയും യൂണിവേഴ്സിറ്റി/ ഹോസ്പിറ്റൽ റിസർച്ച്/ ചകിത്സാപദ്ധതിയായും, വ്യക്തിത്വവികസനത്തിനും സമൂഹത്തിന്റെയും രാഷ്ട്രത്തിന്റെയും ലോകത്തിന്റെ തന്നെയും ശാന്തിയ്ക്കും ഈ അതിപുരാതനമായ പുതിയ മാർഗ്ഗം അതിനാൽ നമുക്ക് സ്വീകരിക്കാം. സംഗീതം സ്വയംപ്രഭമാണ്. സ്വപ്രകാശമാണതിന്റെ ഏറ്റവും വലിയ പ്രമാണം. മനോരഞ്ജകങ്ങളിൽ വെച്ച് മനോരഞ്ജകമാകയാൽ ആ രഞ്ജനം തന്നെ നാദബ്രഹ്മത്തിന്റെ സ്വപ്രാകാശകത്വം അത് ആർക്കും സ്വയം പരീക്ഷിച്ചു സാക്ഷ്യപ്പെടുത്താമെന്ന് സംഗീതത്തിന്റെ യൂണിവേഴ്സൽ സ്വഭാവം വ്യക്തമാക്കുന്നു.

ഭ്രമണതാളം

സംഗീതം ആത്മീയമാണ്, ശാസ്ത്രീയവുമാണ്. ആത്മീയതയുടെ ശാസ്ത്രീയത തെളിയിക്കുന്നത് നാദാനുസന്ധാനത്തിലൂടെയാണ് സാംഖ്യം, യോഗം, ആയുർവ്വേദം, ജ്യോതിശ്ശാസ്ത്രം, വൈശേഷികം, അദ്വൈതവേദാന്തം ഇവയെല്ലാം അതിൽ സമന്വയിച്ചിരിക്കയാൽ സമ്യക്കായഗീതം സമ്യക്ദർശനവുമാണ് സമീക

രണം (Balancing) കൊണ്ട് ശാന്തിയും ശമനവും വീര്യവും നൽകുന്നതാണ്.

ആയുർവ്വേദ, സാംഖ്യ തത്ത്വപ്രകാരമാണ് രാഗചികിത്സ. സ്വരം ദ്രവ്യമാണ് ദ്രവ്യമാകുമ്പോൾ അതിന് ദേശകാലത്തിൽ അസ്തിത്വമുണ്ട്, ത്രിമാനങ്ങളും ചതുർമ്മാനവുമായ കാലവുമുണ്ട്. അതിനാൽ അതിന്റെ ഗുണങ്ങൾ അളക്കാവുന്നവയാണ്. എന്നാൽ കാലാതിവർത്തിയായ ഒരു വശം കൂടി അതിലുണ്ട്. അതിനെ കണക്കിടാൻ ആർക്കും ആവില്ല. സ്വരമെന്ന ദ്രവ്യത്തിന്റെ ഉയരം അതിമന്ദ്രം മുതൽ അതിതാരം വരെയുള്ള അനേകം ശ്രേണികളിലാണ്. അതിന്റെ ദൈർഘ്യം അക്ഷരത്തെക്കുറിക്കിയും നീട്ടിയും ഉച്ചരിക്കുന്നതിലാണ്. (അക്ഷരകാലം) ആരോഹണാവരോഹണങ്ങളിലൂടെ സ്വരം ഉണ്ടാക്കുന്ന ജ്യാമിതീയരൂപങ്ങളുടെ ക്ഷേത്രഫലം, ഘനം, എന്നിവ , ഘനമൂലം, വർഗ്ഗം, വർഗ്ഗമൂലം ഇതൊക്കെ ജ്യോതിശ്ശാസ്ത്രത്തിലുപയോഗക്കുന്ന അതേ സമവാക്യങ്ങളിലൂടെയാണ് സംഗീത ശാസ്ത്രവും പ്രയോഗിച്ചുകാണിക്കുന്നത്. അതു തന്നെയാണ് ഈ ശാസ്ത്രത്തിന്റെ ലോജിക്കൽ ആധാരം.

പ്രപഞ്ചത്തിനും, ജീവജാലങ്ങൾക്കുമെന്നപോലെ ദശപ്രാണങ്ങൾ സംഗീതത്തിലെ താളത്തിനുണ്ട്

1. കാലം 2. മാർഗ്ഗം 3. ക്രിയ 4. അംഗം. ഒരു പ്രത്യേക ക്രമത്തിലുള്ള ക്രിയ. 5. ഗ്രഹം അഥവാ എടുപ്പ് 63. ക്രിയയുടെ അഞ്ചുവിധ ഗണിതങ്ങളാൽ ഉണ്ടാവുന്ന ഗതി/ നട/ അഥവാ സഞ്ചാരം. ഇതിനെ ജാതി എന്നുപറയുന്നു. 7. കല ഓരോ ക്രിയക്കുമുള്ള അക്ഷരസംഖ്യ. കലകളുടെ എണ്ണംമാറിയൽ താളഗതിമാറും 8. ലയം രണ്ടുക്രിയകൾക്കിടയിലെ ഇടവേള 9. യതി വ്യത്യസ്ഥ മായ ക്രിയകൾ താളഘടനയ്ക്കു നൽകുന്ന വ്യത്യസ്തരൂപം. ഇടയിൽ വരുന്ന നിർത്തൽ

10. പ്രസ്താരം താളത്തിന്റെ വിസ്തരിച്ച പ്രസ്താരം

(ഖണ്ഡമേരു Pascal triangle എന്റെ രാഗചികിത്സ/ ഇന്നത്തെ അമ്മ മുതലായഗ്രന്ഥങ്ങൾ കാണുക) അനുദ്രുതമെന്ന അംഗം ഒരു യൂണിറ്റ് (മാത്ര) അക്ഷരകാലമാണ്. അത് ഘാതം എന്ന ക്രിയയുമാണ്, U എന്ന സിംബലുമാണ്, ഒരു അംഗുലി സംഖ്യയും ഒരക്ഷര സംഖ്യതന്നെ ദ്രുതം 2 അക്ഷരകാലം T എന്ന സിംബൽ ഒരു ഘാതവും ഒരു വിസർജ്ജിതവും ചേർന്നത്. 3,4,5,7,9 എന്നീ അക്ഷരസംഖ്യകൾ ലഘു എന്നറിയപ്പെടുന്ന അക്ഷരകാലമാത്രയുടെ അഞ്ചുജാതികളാണ് / എന്ന് സിംബൽ . ഘാതം + അംഗുലിസംഖ്യ എന്ന് സമവാക്യം.

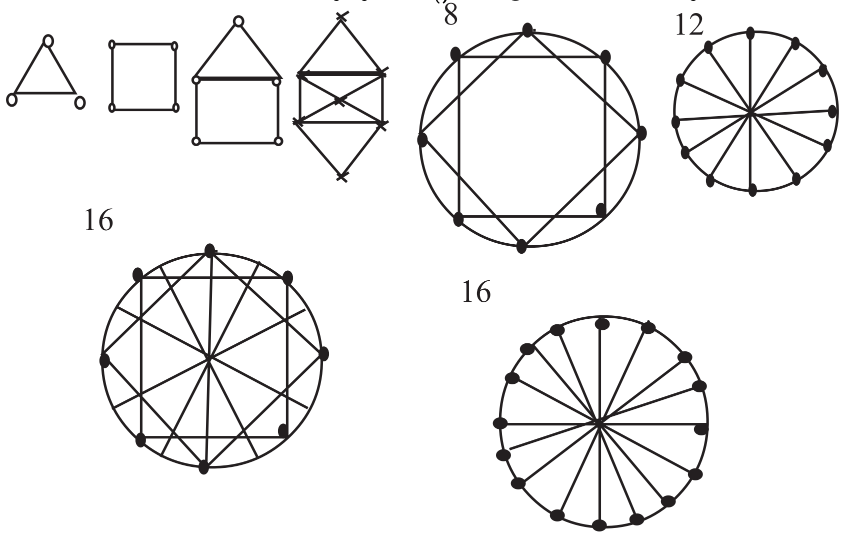
U

	ഘാതം	വിസർജ്ജിതം	അക്ഷരസംഖ്യ
ത്രിസചാപ്പ്	1	+2	=3
ഖണ്ഡചാപ്പ്	2	+3	=5
മിശ്രചാപ്പ്	3	+4	=7
സങ്കീർണ്ണചാപ്പ്	4	+5	=9

അക്ഷരസംഖ്യയും തീപ്പെട്ടികോൽ സംഖ്യയും y ത്രികോണസംഖ്യയും ഘാതവും x

(algebra:- (Xx2)+1=Y. X=ത്രികോണസംഖ്യ/ Yകോൽ സംഖ്യ (see) സുദർശന എന്ന കുട്ടികൾക്കുള്ള ഗണിതഗ്രന്ഥം. സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട്)

ഗുരുവിന്റെ മദ്ധ്യത്തിൽ ബിന്ദു വന്നാൽ 9.



കാലത്തെ ചുരുക്കി കൊണ്ടുവരുന്നത് ഒരക്ഷരസംഖ്യയെ 1/2, 1/9,1/16,1/32,1/64,1/256 എന്ന് അർദ്ധിച്ചിട്ടാണ്. ഇതെല്ലാം തന്നെ കുട്ടകം മുതലായ (Permutation, combination) ഗണിത ക്രിയകളിലൂടെയാണ്. അളക്കുന്നത് ശബ്ദത്തെയാകയാൽ, പഞ്ചഭൂതങ്ങളിൽ ആകാശത്തെയാണ്. ഭൂമി പഞ്ചഭൂതനിർമ്മിതം. പ്രപഞ്ചം പഞ്ചഭൂതനിർമ്മിതം, ശരീരം പഞ്ചഭൂതനിർമ്മിതം സ്വരം ഈ പഞ്ചഭൂതങ്ങളുടെ ത്രിഗുണങ്ങളുള്ളതാണ്. അതിന് ഭൂതചതുഷ്ക്കങ്ങളേക്കാൾ പ്രാമാണ്യമുള്ളത് അതിന്റെ ആകാശാധിഷ്ഠിതമായ സ്ഥാനത്താലാണ്. ഗ്രഹം അഥവാ ഗ്രഹിപ്പിക്കുന്നത് എന്നപദം (എടുപ്പ്) സ്വരസാഹിത്യവും താളാരംഭവും കൂടിയുള്ള ബന്ധംകാണിക്കാനാണ്. ഇതിൽ അതീതം (ഭൂതം) അനാഗതം (ഭാവി) സമം(വർത്തമാനം/മദ്ധ്യം) എന്ന് കാണാം പ്രപഞ്ചത്തിലും, ദിനരാത്രായനയുഗകല്പങ്ങളിലും, ഋതുക്കളിലും ഔഷധി വനസ്പതികളിലും മനുഷ്യശരീരത്തിലുമെല്ലാം ഒരേ തത്ത്വമാണ്, ഒരേ നിയമമാണ് പ്രവർത്തിക്കുന്നത് എന്ന

തിനെ ഏറ്റവും ആനന്ദകരമായി നമുക്ക് ഗ്രഹിപ്പിക്കുന്നതിനാണ് സംഗീതത്തിൽ ഈ താളം അഥവാ കാലവ്യവസ്ഥ അത് എങ്ങനെ ക്രിയയിലൂടെ ചെയ്തു കാണിക്കാം (കൈയുടെ / കാലിന്റെ ചലനം/ ശരീരചലനം) എന്നതിന് ഉദാഹരണമാണ് നൃത്തനൃത്ത്യങ്ങൾ, വാഗി ന്ദ്രിയത്തിന്റെ സ്വരസഞ്ചാരം, വായ്പ്പാട്ട് + കൈത്താളം ഇവയെല്ലാം (Different modes of expressions) കൃത്യമായി അയനം, ഋതു, ഋതു ഭേദ മനുസരിച്ച് ഔഷധിവനസ്പതികളുടെ വിളവെടുപ്പ്, മൺസൂൺ കാലാവസ്ഥകാറ്റുകൾ, മഴ, വെയില്, ഗ്രഹനക്ഷത്ര ധൂമകേതു ചലന ദർശനം ഇവയെല്ലാം നിരീക്ഷിച്ച ഭൂമദ്ധ്യരേഖാഭാഗത്തുള്ളവർക്കു മാത്രമെ ഇത്തരമൊരു expression സാധിക്കുകയുള്ളു. എന്നതാണ് അതിന്റെ സവിശേഷത.

കിഴക്ക്, തെക്കുകിഴക്ക്, തെക്കുപടിഞ്ഞാറ്, ഭാഗങ്ങളിലെ സമുദ്ര ത്തിൽ നിന്ന് ഇന്ത്യയുടെ കിഴക്കും പടിഞ്ഞാറും തീരങ്ങളെ തൊട്ടു പോകുന്ന മൺസൂൺ കാറ്റുകൾക്ക് ഇവിടത്തെ ജനജീവിതത്തിന് എല്ലാ വിധ സംഭാവനകളും ചെയ്യാൻ കഴിഞ്ഞിട്ടുണ്ട്. ഭൂമദ്ധ്യരേഖ ഇന്ത്യാ സമുദ്രത്തിലുടെ കടന്നു പോകുന്നു. അതിൽനിന്ന് ഇന്ത്യാ ഉപഭൂഖണ്ഡത്തോട് തൊട്ടുകിടക്കുന്ന ആദ്യത്തെ ദ്വീപ് (landmass) ലങ്കയാകയാൽ അതാണ് മേടം 1 അഥവാ അശ്വതിതാരത്തോട് ഇണ ങ്ങുന്ന സമരാത്രബിന്ദു, ഇന്ത്യക്കാർക്ക്. അതാണ് ഇന്ത്യയുടെ തെക്ക കിഴക്കൻ ബിന്ദു. അവിടെനിന്ന് കാർത്തിക യോഗതാരത്തിലെത്തു മ്പോൾ വരുന്ന ഇടവപ്പാതി (ഋഷഭം)യാണ് ഇന്ത്യയിലെ സംവത്സ രാരംഭം.

ഷഡ്ജപഞ്ചമങ്ങൾ ക്രമീകരിക്കുന്ന (പുരുഷ)വരും മദ്ധ്യമം അവർക്കിടയിൽ നിൽക്കുന്ന ദേവിയുമാകയാൽ (ദേവിക്ക് -മദ്ധ്യമം / പ്രതിമദ്ധ്യമം) രിഗധനിയുടെ ചലനം കൊണ്ടാണ് രാഗങ്ങളാൽ

ബാലൻസിങ്ങ് വരുത്തുന്നത്. ഷഡ്ജം സൂര്യൻ, പഞ്ചമം, ചന്ദ്രൻ, അവർക്കിടയിൽ ഭൂമി. ഭൂമിയിൽ balancing വരുത്തുന്ന 4 വ്യൂഹം രിഗധനി (ഒരു ചതുരശ്രം) സൂര്യനും ചന്ദ്രനും ഭൂമിയും ചേർന്ന് ത്രിമൂർത്തി (ത്രികോണം)

സൂര്യൻ കിഴക്കുദിക്കുമ്പോൾ ആദ്യത്തെ 4 മണിക്കൂർ അഥവാ രാത്രിയുടെ 4ാം യാമമെന്ന പ്രഭാതസന്ധ്യയിൽ 4-8 = കോമള ഋഷഭം+ ധൈവതം

അടുത്ത 2 മണിക്കൂറിൽ, 8-10 ശുദ്ധഋഷഭം + ധൈവതം

ഉള്ള രാഗങ്ങൾ പാടണം

10 തൊട്ട് 4 മണിവരെയുള്ള പകൽ സമയം (6 മണിക്കൂർ) കോമള ഗാന്ധാരം, നിഷാദം ഉള്ളത്.

4 തൊട്ട് 7 വരെയുള്ള പ്രദോഷസന്ധ്യാപ്രകാശത്തിൽ പ്രഭാതസന്ധ്യയിലെന്നപ്പോലെ കോ. ഋ + ധൈവതം, 7-10, ശു. ഋ + ധൈവതം, 10-4 (6 മണിക്കൂർ) രാത്രിയിൽ കോമള ഗാന്ധാരം, നിഷാദം എന്ന് ആവർത്തിക്കുന്നു. വാതപിത്തകഫങ്ങളുടെ സമത്വത്തിനാണ് ഇത്. ഗാന്ധാരനിഷാദങ്ങൾ വടക്കും തെക്കും ദിശ, ഋഷഭ ഋഷഭ ധൈവതങ്ങൾ കിഴക്കുപടിഞ്ഞാറുദിശ എന്നതിനാൽ അക്ഷാംശ രേഖാംശ സഞ്ചാരങ്ങളും, ആരോഹണാവരോഹണക്രമങ്ങളുമാണ് (തരംഗരൂപം) അനേകം സൂക്ഷ്മതമ നാഡികളിലായി (72000) പ്രപഞ്ച ശരീരതലങ്ങളിൽ മണ്ഡലമായി പ്രസരിക്കുന്ന നാദോർജ്ജത്തിന് 22 ശ്രുതി, 7 സ്വരങ്ങളിലായി 72 സ്ഥൂല ജനക രാഗക്രമം (36 മദ്ധ്യമം + 36 പ്രതിമദ്ധ്യമം എന്ന് 360 പകൽ 360 രാത്രി) 36 ശക്തി തത്വപ്രകാരം, കാർത്തികാദിമുതൽ 180^0 യ്ക്കും വിശാഖം മുതൽ 180^0 യ്ക്കും (കാർത്തിക, വൈശാഖ മാസങ്ങൾ), ഇഡാപിംഗളകളെപ്പോലെ നൽകിയിരിക്കയാണ്.

രോഗകാരണം മറ്റൊരു ജീവിയല്ല, പ്രാണ (വായു) തടസ്സത്താൽ സൂക്ഷ്മമായ സന്തുലനാവസ്ഥ പോയ ശരീരത്തിന്റെ വാതപിത്ത കഫ ദോഷമാണ് ആയുർവ്വേദത്തിൽ. ദ്രവ്യവും അദ്രവ്യവുമായ സ്വരത്തെ അതിന്റെ ത്രിഗുണങ്ങളാൽ ഈ സന്തുലനാവസ്ഥ തിരിച്ചെടുക്കാൻ ഉപയോഗിക്കയാണ്.

ഒരു ക്ഷണം എന്നത് കാലത്തെ സംബന്ധിച്ചേടത്തോളം അതിന്റെ പരമാണുവാണ്. (കാലപരമാണു). അതിൽ എത്ര കമ്പനം എന്നതനുസരിച്ചാണ് എല്ലാദ്രവ്യവും ഉണ്ടാവുന്നത് സ്വരദ്രവ്യത്തിന്റെ കമ്പനം (vibration per ക്ഷണം) അതിനെ മറ്റൊരു സ്വരത്തിൽ നിന്നു വ്യത്യസ്തമാക്കുന്നു. പക്ഷെ വ്യത്യസ്തമായ ഈ രണ്ടുസ്വരങ്ങൾക്കിടയിൽ അനേകം കമ്പന ശ്രേണികൾ (integer) ഉണ്ട് ക്ഷണം, ക്ഷണത്തിന്റെ ക്രമം (കാലത്തിന്റെ unit ആയ മാത്ര, അതിന്റെ ക്രമം) എന്നിവ അറിഞ്ഞ്, അവയെ പൂർണ്ണമായി സംയമം ചെയ്താൽ ദേശകാല ക്രമവും, അതിന്നതീതവും അറിയാൻ ഒരൊറ്റ ക്ഷണം മതി (സാമവേദപ്രോക്തമായ ഛാന്ദോഗ്യഉപനിഷത്ത്) ഇപ്രകാരം ഒറ്റ നിമിഷത്തിൽ ചിത്തസംയമത്താൽ സർവ്വവും അറിയുന്ന നാദാനുസന്ധാന യോഗത്തിനുള്ള മാർഗ്ഗം (method) ആണ് സംഗീതം. ഇടവേളയല്ല. ഇടവേള ഇല്ലാതെ ലയിക്കൽ (തന്മയീഭാവം) ആണ് Balancing സംയമം സർവ്വജ്ഞത്വമാണ് (പതഞ്ജലയോഗഭാഷ്യം) ഇനി ഒന്നും അറിയാനില്ലാത്ത അവസ്ഥ. നാദത്തോട് ഒന്നായവൻ, എല്ലാ ശബ്ദങ്ങൾക്കും അതീതമാകുന്നു. പ്രകർഷേണ പഞ്ചഭൂതങ്ങളോട് ചേരൽ പ്രപഞ്ചസർഗ്ഗം- പ്രഭവം പ്രകർഷേണ സർവ്വവും ലയിക്കൽ- പ്രലയം. പൂർണ്ണ തന്മയീഭാവം. പ്രപഞ്ചം പഞ്ചഭൂതാത്മകം, ത്രിഗുണാത്മകം. അതിൽ രോഗം, വേദന, സംഘർഷം വന്നുകൊണ്ടിരിക്കും ആ സർവ്വ വിഷയത്തിൽ നിന്നും താരകബ്രഹ്മമായി

തരണം ചെയ്യിക്കുന്നത് നാദബ്രഹ്മരൂപമായ സംഗീതം.

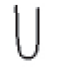
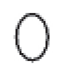
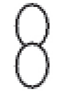
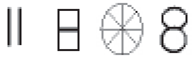
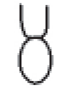
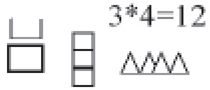
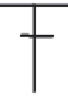
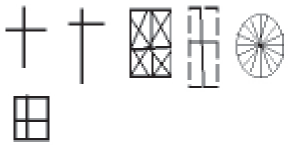
എല്ലാ വേദനകളും മറക്കാനനുവദിക്കുന്ന, മധുരവും മൃദുലവുമായ സംഗീതം, പ്രേമം, ഭക്തി, വാത്സല്യം എന്നിവ ഇങ്ങനെ അഭേദ മായിത്തീരുന്നു.

1. വിശ്രാന്തിയുക്ത്യാ കാലേ ക്രിയയാ മാനമിഷ്യതേ
   ക്രിയാണാന്തര വിശ്രാന്തിർ ലയഃ
2. താളാന്തരാളവർത്തീയ കാലൌ സൌ ലയനാലയഃ

   ഈ രണ്ടുനിർമചനങ്ങൾ നിരീക്ഷിച്ചാൽ രണ്ടു സംഭവങ്ങൾ (താളങ്ങൾ) ക്കിടയിലെ ഇടവേളയുടെ മാനം (അളവ്) നിർണ്ണ യിക്കുക എന്ന പ്രക്രിയയ്ക്കാണ് ക്രിയ. (ഇടവേളയുമല്ല, ക്രിയ യുമല്ല ലയം) ലയമെന്നത് ആത്മലയം (തന്മയീഭാവം) ആണ്.

ആറുക്രിയകൾസിംബൽ അക്ഷരകാലം സിന്ധുലിപി (ബ്രാഹ്മി).
ഞാൻ സിന്ധു/ ഹാരപ്പൻ ഭാഷയെ ഇപ്രകാരമാണ് വായിച്ചിട്ടുള്ളത്. താൾ (താളം/ വടക്കെഇന്ത്യയിൽ താൽ) എന്നതിനെ പന എന്നും ഗോമൃഗത്തെ കഴുത എന്നും വ്യാഖ്യാനിച്ച പർപ്പോളയ്ക്ക് പറ്റിയ തെറ്റ് ഞാൻ ഇവിടെ ചൂണ്ടിക്കാട്ടട്ടെ കാലുകൊണ്ട് നൃത്തം ചവി ട്ടുന്ന നർത്തകിയെയും പിൻകാലെറിയുന്ന കഴുതയേയും തമ്മിൽ അദ്ദേഹം തെറ്റിദ്ധരിച്ചിരിക്കുന്നു.

ഭക്തി എന്നത് അഹൈതുകിയായ പ്രേമമാണ്. അഹൈതുകി എന്നാൽ ഹേതു (കാരണം) ഇല്ലാത്തത്. ഇന്നത് കിട്ടണം എന്ന കാമ മില്ലാത്തത് നിഷ്ക്കാമമായ പ്രേമം. അത് ഈശ്വരനിലാവാം, പ്രകൃതിയിലാവാം, ശാസ്ത്രത്തിലോ കലകളിലോ ആവാം, ഗുരു വിലാവാം, പ്രപഞ്ചത്തോടു മുഴുവനുമായ നിരുപാധികമായ പ്രേമ മാണത്. ഒരു സിംബലിലൂടെയാണെന്നുമാത്രം. ഒരു സിംബലില്ലാതെ പ്രേമിക്കാൻ സാധാരണ മനുഷ്യന് പ്രയാസമായതുകൊണ്ട് മാത്ര

അനുദ്രുതം		1	
ദ്രുതം		2	
ലഘു		4,5,6,8,10 (പത്തുവിരൽവരെ ഉപയോഗിക്കാം)	called ചതുരശ്ര
ഗുരു		8 (രണ്ട് ചതുരശ്ര	
പ്ലുതം		അനുദ്രുതം, ദ്രുതം(പക്ഷെ 3ന് പകരം 12 അക്ഷരകാലം) (3 ചതുരശ്രലഘു)	 3*4=12 (Float/Ship/ boat)
കാകപാദം		16 അക്ഷരകാലം (4 ചതുരശ്ര ലഘു)	

മാണ് സിംബലിന്റെ ആവശ്യം എന്നുവിചാരിക്കരുത്. പരസ്പരസംവേദനത്തിനും സിംബൽകൂടിയെ തീരൂ. ആ സിംബൽ സംഗീതമാകാം, സാഹിത്യമാകാം, വൈദ്യമാകാം, ജ്യോതിഷമാകാം, ഗണിതമാകാം, ഇതെല്ലാം ചേർന്ന അദ്ധ്യാത്മചിന്തയുടെ സർവ്വജ്ഞത്വമാകാം, പ്രപഞ്ചം സിംബലുകളിലൂടെ സംവദിക്കുന്നു.

സംഗീതം, ആയുർവ്വേദം, യോഗം എന്നിവ വിവിധ ാലവേീറെ ആണെങ്കിലും അവയുടെ തത്വം, അവയുടെ ലക്ഷ്യം എന്നിവ ഒന്നു തന്നെയാണ്. ഇന്ത്യയുടെ തനതായ ഈ സിംബലുകളിലൂടെ ആനന്ദകരമായ, ആരോഗ്യകരമായ ഒരു ജീവിതം സാധിയ്ക്കും.

ഇതു തെളിയിക്കാനുള്ള റിസർച്ച് മാർഗ്ഗങ്ങൾ ആധുനിക വൈദ്യശാസ്ത്രത്തിൽനിന്ന് സ്വീകരിക്കണം. (statistical tools equipments മുതലായവ) അതിലധികം സ്വീകരിയ്ക്കാൻ പോയാൽ സംഗീതം ഒരു drug ആണെന്ന് വരുത്തും. ഒരു സംസ്ക്കാരമെന്നതിൽ നിന്ന് ഒരു മരുന്നായി സംഗീതത്തെ മാറ്റുന്ന, ഇന്ന രോഗത്തിന് ഇന്നരാഗം പദ്ധതി അലോപ്പതിക്കാരല്ല, സംഗീതജ്ഞർ തന്നെയാണ് പ്രചരിപ്പിക്കുന്നത്. താനിരിക്കുന്ന കൊമ്പുവെട്ടുന്ന കാളിദാസന്മാർ എന്നവരെ വിശേഷിപ്പിക്കാമോ എന്നെനിയ്ക്കറിഞ്ഞുകൂടാ. അത് ആലോചിക്കേണ്ടത് അവർ തന്നെയാണ്.

REFERENCE

1. രാഗചികിത്സ Dr Suvarna Nalapat. Readworthy publication New Delhi 2008.
2. Voice, speech, language- Belmont california, wadsworth1965 Richard Luchsinger, & Godfrey E. Arnold.
3. The voice as a curative factor in psychoanalysis psychoanalytic Review. 72(3), Fall 1985. Susan Lee Bady.
4. Male and Female voices activate distinct regions in the male babies. Neuroimage 27,2005- Dilray s. Sokhi.et al
5. The teaching voice. London. Whurr Publishers, 2004 stephanie Maston & Lyn Daruley
6. Annals of internal medicine. special millinium Issue Time & Medicine Jan 2000. Vol 132 No.1
7. സമയസംഗീതം - ഉത്തരേന്ത്യയിൽ 24 മണിക്കൂർ വ്യവസ്ഥ ചെയ്തരാഗങ്ങൾ കാഇ സംഗീത റിസർച്ച് അക്കാദമി.
8. സുശ്രുതസംഹിത- ത്രിവിക്രമപുത്രൻ യാദവ ശർമ്മൻനാരായ ണാചാര്യ നിർദ്ദേശ പ്രകാരം കാവ്യാന്തരമെന്ന പാഠാന്തര പരി ശിഷ്ടത്തോടെ ക്രോഡീകരിച്ച് 1945 ൽ ബോംബെ 26/28 കോൾബാൾട്ട് തെരുവിൽ നിർണ്ണയ സാഗർ പ്രസ്സിൽ അച്ചടി ച്ചത്. പ്രസാധിക സത്യഭാമാഭായി പാണ്ഡുരംഗ്.
9. സുധാസിന്ധു. 12 ഉപനിഷത്തുക്കളുടെ സ്വാദ്ധ്യായം ഡോ.സു വർണ്ണ നാലപ്പാട്ട് ഡിസി ബുക്സ് കോട്ടയം 2003.
10. ശാരദാതിലകതന്ത്രം ലക്ഷ്മണദേശികേന്ദ്രൻ-. രാഘവഭട്ടന്റെ ഭാഷ്യം (AD1484) ആർതർ ആവ്ലോൺ ആഗമാനുസന്ധാന

സമിതി. 1933 - കൽക്കത്ത സംസ്കൃതപ്രസ് ഡിപ്പോ.

11. Melakartha scale 1. വെങ്കിട മഖിയുടെ ചതുർദണ്ഡിപ്രകാശിക. മ്യൂസിക് അക്കാദമി മദ്രാസ് 1986. 2. Prof.P സാംബമൂർത്തി Melakartha scheme with explinatory notes ഗ്രഹഭേദ പ്രകാശിക PP,11, 3.The scale of Indian music പൃഥ്വീന്ദർ മുക്കർജി. Inira Gadhi national center for Arts. Anjan books International. 2004.
12. ത്യാഗരാജസ്വാമികളുടെ ജാതകം- നാലപ്പാട്ടു നാരായണമേനോന്റെ ഡയറിയിൽ നിന്ന് (പുന്നയൂർക്കുളത്തെ പലാംഗുലവും അദ്ദേഹത്തിന്റെ ഡയറിയിൽ നിന്നാണ്)
13. Dr. K.J യേശുദാസിന്റെ ജാതകം രാശിചക്രം. ചന്ദ്രഹരി pp 190-191.
14. ഇന്നത്തെ അമ്മ പുളകാങ്കുരം നാലപ്പാട്ടിന്റെ പദ്യകൃതികൾ- മാതൃഭൂമി പ്രസിദ്ധീകരണം.
15. രാഗസുധാർണ്ണവം K.T രവീന്ദ്രനാഥ് കേരളഭാഷാ ഇൻസ്റ്റിറ്റ്യൂട്ട് പ്രസിദ്ധീകരണം.

അനുബന്ധം

1. രാഗസിന്ധു.

(അമ്മമാർക്കു പാടാൻ ഒരു താരാട്ട്)

(വാത്സല്യഭക്തി)

മുടിയിൽ പീലിപ്പൂവല്ലേ, നിൻ
ചൊടിയിൽ തങ്കനിലാവല്ലേ, എൻ
മടിയിൽ കൃഷ്ണമലരല്ലേ, നിൻ
ഉടലൊരു തങ്കത്തകിടല്ലേ.....?

ഉരുകും വെണ്ണമനസ്സല്ലേ കന-
വുതിരും കണ്ണിൽ കതിരല്ലേ, എൻ
അരികിൽ ഒരമ്പിളി മുത്തല്ലേ, സുധ-
യൊഴുകും പാലമൃതകിടല്ലേ.....?

അധരം മധുരക്കനിയല്ലേ, തിരു-
മുരളിക രാഗക്കടലല്ലേ
പ്രഭുവനുരാഗവിളക്കല്ലേ ഗുരു-
പവന പുരേശ്വരനരുളല്ലേ.....?

2. നാരായണനിത്യകവചം

(മോഹനരാഗത്തിൽ നിത്യം പാടുന്നതിന്)

(മധുരഭക്തി)

മന്ത്രം- വിധുവിമല മുഖേന സ്മൃതേന ശ്രുതേന ദർശനേന
ചരണ സ്പർശനേന കീർത്തനേന നിത്യം കവചം

ഗാനം- ഗുരുവായൂരപ്പന്റെ കവചം
ഇതു സ്വരരാഗസിന്ദൂര നവകം
തിതുമുഖം കാണാതെ, തിരുരൂപം ഓർക്കാതെ
തിരുനാമം പാടാതെ, ഒരുമാത്രയില്ലാത്ത
വരരാഗിണീ ജന്മസുകൃതം
മൃദുപദമൊരുവട്ടം അധരങ്ങളാൽമുത്തി
മധുരാക്ഷരം പാടി സ്വരകീർത്തനം കേട്ടു
മരുവുന്നമനതാരിൽ
അലിവിന്റെ ആനന്ദ നടനം
ശ്രീനാരായണൻ നിത്യകവചം

രചന: ഡോ. സുവർണ്ണ നാലപ്പാട്ട്

(ബോംബെ ജയശ്രീയുടെ വാത്സല്യം എല്ലാ അമ്മമാർക്കും കുട്ടികൾക്കും മുതിർന്നവർക്കും ഉപയോഗിയ്ക്കാവുന്നതാണ്)